„Dacă nu te bucuri deja de tot ce ți-ai dorit vreodată de la viață, lasă totul și începe să citești această carte... Fii apoi pregătit pentru schimbarea spectaculoasă a vieții tale!"



MANUAL
de punere în practică a principiilor din
SISTEMUL MAESTRULUI

Metodă completă de atingere a măiestriei de sine și de realizare a scopurilor propuse bazată pe **SISTEMUL MAESTRULUI**, legendara carte a lui Charles F. Haanel

ANTHONY R. MICHALSKI
ȘI
ROBERT SCHMITZ

fost Bill Hampton, care mi-a transmis în anul 1995 o informaţie ce m-a condus la învăţăturile lui Charles Haanel. Un altul a fost Charles Umphred, care m-a prezentat lui Tony. Fără Tony această carte nu ar fi fost scrisă niciodată sau nu ar fi fost editată în această manieră. O altă persoană importantă din viaţa mea a fost Bobby Scocozzo, fără a cărui perseverenţă, iubire, prietenie şi încredere în mine în momentele în care aveam cea mai mare nevoie de aceste calităţi nu m-aş fi mutat niciodată în nord-estul Pennsylvaniei şi nu m-aş fi implicat în proiectul „Sistemul Maestrului" alături de Tony. Le mulţumesc bunilor mei prieteni George Bernier şi Mark Wilten din Atlanta; lui Vince Martin din Baltimore; şi fratelui meu Leo Perlmutter din New York, care a apărut într-un moment de cotitură din viaţa mea, dovedindu-mi o dată în plus că suntem conectaţi cu toţii la Mintea Universală şi că Legea Atracţiei îi aduce întotdeauna în viaţa noastră pe cei de care avem nevoie, la momentul potrivit. Ea l-a adus în viaţa mea pe acest „Hippie Fericit[1]", care mi-a demonstrat din plin că viaţa poate fi trăită cu iubire, cu bucurie, cu umor, şi că atitudinea corectă poate atrage în viaţa ta tot ce îţi doreşti...

Doresc să îi mulţumesc de asemenea lui Noelle Kim, o persoană care m-a influenţat enorm şi care a fost prima parteneră cu care am ţinut seminarele din seria „Pune-ţi în gând să devii milionar". Îi mulţumesc şi vărului meu, Tom Woods, editorul şi partenerul meu în cadrul aceloraşi seminare, care m-a ajutat să îmi fac publicitate în acele timpuri dificile.

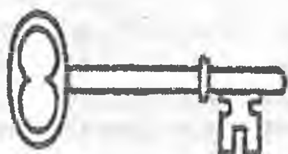
În sfârşit, le mulţumesc tuturor celor pe care nu i-am putut menţiona aici. Speranţa mea este ca toţi cititorii acestei cărţi să practice exerciţiile din ea. Eu cred cu toată convingerea că aceasta este calea rapidă care poate conduce către măiestrie şi către o fericire de durată. Reţine: „Dacă ţinteşti către stele, îţi va fi uşor să te ridici deasupra norilor".

Bob Schmitz
Octombrie 2004

---

1 Joc de cuvinte: *Happy Hippie.* (n. tr.)

Cuprins



Orice om poate moşteni un teren, dar nimeni nu poate moşteni cunoaşterea şi înţelepciunea. Omul bogat îi poate plăti pe ceilalţi pentru a face diferite munci pentru el, dar nu îi poate plăti pentru a gândi în locul lui şi nu poate cumpăra cultura.

– Samuel Smiles (1812 - 1904)

Introducere

Scrierea, editarea şi publicarea *Manualului de punere în practică a principiilor din Sistemul Maestrului* a reprezentat o veritabilă provocare. Ani la rând, imediat după ce am publicat *Sistemul Maestrului* în anul 2000, mulţi oameni mi-au solicitat un manual practic care să explice principiile conţinute în carte. Am înţeles astfel că ei îşi doresc o carte care să completeze *Sistemul Maestrului* şi pe care să o poată folosi în şedinţe de grup.

Ideea mi s-a părut de la bun început foarte bună şi cât se poate de evidentă. Cartea *Sistemul Maestrului* este excepţională, dar are nevoie de un manual care să o explice dintr-o perspectivă pragmatică. Singura problemă care mai rămânea de rezolvat era: cum să scriu un manual la fel de bun precum cartea originală?

La fel ca mulţi dintre cititorii acestei cărţi, am participat şi eu la foarte multe seminare de dezvoltare personală, am citit tone de cărţi şi m-am folosit de multe manuale practice puse la dispoziţie de organizatori. Nu toate s-au dovedit însă bune. Unele au fost plicticoase, simpliste şi neinspirate. Le-am detestat sincer. Îmi amintesc chiar de unul din seminarele cele mai renumite la care am participat. Doamne, ce dezamăgire mi-a produs manualul practic care mi-a fost pus la dispoziţie!

Alte manuale au fost foarte bune, completând cărţile originale care au stat la baza lor. Conţineau exerciţii interesante, amuzante şi edificatoare, ajutându-mă să înţeleg cu adevărat principiile explicate. În acest fel, m-au ajutat să profit cu adevărat de pe urma seminarului la care participam. Aceste manuale m-au făcut cu adevărat fericit. Din păcate, nu pot spune acest lucru despre foarte multe dintre ele.

Unul din lucrurile pe care le-am observat a fost că nu am citit niciodată un manual practic pe care să îl consider o capodoperă, aşa cum sunt considerate anumite cărţi de dezvoltare personală precum *Sistemul Maestrului* sau *Foloseşte-ţi mintea pentru a te îmbogăţi*. Nu am citit niciodată în viaţă un astfel de manual. Aşa cum spuneam, au fost câteva pe care le-am considerat bune, dar

niciunul pe care să îl consider o capodoperă, independent de cartea originală după care a fost scris. Nu am întâlnit niciodată un manual a cărui lectură să mă transforme în profunzime, aşa cum se întâmplă cu anumite cărţi.

Mi-am propus să schimb această stare de lucruri şi să scriu un manual cu adevărat excepţional. Aşa cum spunea Steve Jobs în perioada în care lucra la crearea primului computer Macintosh, mi-am dorit ca manualul meu să fie de „o măreţie nebună".

Mi-am dorit de asemenea ca manualul meu să fie folosit în completarea *Sistemului Maestrului* sau ca o introducere la această carte; să reprezinte o metodă amuzantă şi inspirată care să conducă la măiestria de sine şi la autodisciplinare. Cu alte cuvinte, mi-am dorit să scriu un manual care să poată fi folosit în mod eficient de orice individ, indiferent de destinaţia pe care doreşte să i-o dea acesta: fie pentru o trecere în revistă rapidă, fie pentru un antrenament intensiv.

Bob Schmitz a pus bazele acestui manual prin seminarele pe care le-a organizat ani la rând pe tema antrenamentului minţii, la care au participat mii de oameni. Multe din exerciţiile pe care le vei găsi în această carte au fost aplicate de el în cadrul seminarelor sale. Aceste exerciţii sunt foarte eficiente. Multe din explicaţiile furnizate în text îi aparţin de asemenea lui Bob, completând de minune principiile originale descrise de Haanel. Pe scurt, această carte nu ar fi putut fi scrisă fără contribuţia lui Bob.

După ce Bob a pus bazele manualului, ţinând cont de experienţa pe care a acumulat-o în urma predării acestor principii şi exerciţii mentale ani la rând, am intervenit eu, şlefuind acest material şi organizându-l în actuala formă, scop în care m-am folosit de cele mai bune surse de informaţii pe care le-am avut. Nu a fost deloc o muncă uşoară, ca să nu spun mai mult. Intenţia mea a fost ca explicaţiile şi exerciţiile pentru fiecare Săptămână să decurgă în mod lin din cele precedente, aşa cum se întâmplă în cartea lui Haanel, dar fără a interfera cu exerciţiile indicate de acesta. Aşa cum spuneam, această sarcină a fost o mare provocare pentru mine.

După ce mi s-a părut că am terminat, a sosit vremea să testăm acest manual. Am aplicat personal exercițiile din el; la fel şi Bob. Am adunat apoi un grup de prieteni pe care i-am pus să le aplice. Ne-am notat cu toții observațiile, am făcut corecturi, am introdus sugestiile şi am completat cartea cu tot ce ne-a trecut prin minte.

Ceea ce a rezultat este cartea pe care o ții în mâini. Aşa cum spuneam, este un manual testat şi gata să fie folosit în diferite scopuri. Nu mă aştept ca el să se vândă într-un număr uriaş de exemplare (ştiu, nu este normal să gândeşti şi să afirmi aşa ceva, dar am motivele mele, pe care le voi explica în continuare). Manualul le solicită cititorilor să se gândească profund şi să îşi cerceteze intens sufletul. Experiența m-a învățat că majoritatea oamenilor preferă cărțile şi manualele facile, care îi distrează pe termen scurt, dar nu le oferă nici o cunoaştere profundă şi nici beneficii reale pe termen lung. (Nu voi da nume aici. Sunt convins că ştii şi tu destule astfel de exemple).

Oamenii care îşi doresc cu adevărat să aibă succes şi să practice dezvoltarea personală sunt extrem de puțini. Marea majoritate se limitează să se joace cu cuvintele şi să pretindă că fac ceva concret. Acest lucru nu mă întristează şi nu mă face să mă consider un pesimist. Dimpotrivă, mi se pare chiar normal. Aceasta este realitatea, iar realitatea nu poate fi considerată bună sau rea. Manualul practic pentru *Sistemul Maestrului* a fost scris şi adresat numai adevăraților căutători şi practicanți. Dacă vei face tot ce scrie în el, vei avea în mod garantat succes. Vei avea foarte mult de citit, vei face exerciții antrenante şi îți vei explora propria ființă aşa cum nu ai mai făcut-o niciodată până acum. Cu alte cuvinte, vei obține nenumărate beneficii.

După părerea mea, acest manual trebuie recitit cel puțin o dată pe an. Între noi fie vorba, merită să îți faci o recapitulare a propriilor obiective şi scopuri o dată pe an. Totuşi, prima dată când citeşti *Manualul practic pentru Sistemul Maestrului* şi când aplici exercițiile din el, nu te grăbi. Reciteşte de cât mai multe ori fiecare lecție, până când ajungi să o înțelegi cu adevărat. Nimeni nu te grăbeşte să termini această carte. Cursa în care te-ai angajat este

sincronizare. De aceea, îți va fi mult mai ușor să progresezi dacă vei citi lecțiile din această carte în ordinea indicată decât dacă vei sări de la una la alta în mod aleatoriu. Fiecare exercițiu se bazează pe cele anterioare. De aceea, practicarea lor în ordinea indicată le va face să pară mai logice.

Recitește cartea o dată pe an.

Ori de câte ori îți faci evaluarea personală anuală, fă-ți timp pentru a reciti această carte. Acest lucru te va ajuta să stabilești dacă obiectivele tale s-au schimbat între timp sau dacă ai progresat către îndeplinirea lor. Așa cum spuneam, perseverența este mama succesului.

Practică exercițiile!

Dacă ți se cere să scrii ceva, pune mâna pe creion și scrie. Nu răspunde în sinea ta la întrebările puse, trecând imediat la partea următoare. În acest fel nu vei face decât să îți pierzi timpul. Scrisul conferă o anumită permanență gândurilor. Mai mult, el permite cristalizarea și amplificarea lor. Abordează toate exercițiile cu fermitate și determinare, căci nu vei obține din lectura manualului mai mult decât vei investi în ea.

Apelează la un antrenor de dezvoltare personală (coach).

Înscrie-te într-un grup de studiu sau apelează la un antrenor de dezvoltare personală care să te ajute să înțelegi mai bine aceste concepte. Un partener bun sau un grup te vor motiva să practici exercițiile din manual cât poți de bine. Dacă nu poți găsi un astfel de grup, Kallisti Publishing oferă ședințe de coaching (www.masterkeycoaching.com) și un forum în cadrul căruia alți căutători asemeni ție îți pot răspunde la întrebări (www.kallistipublishing.com).

Distrează-te!

Acesta este de departe cel mai important sfat. Relaxează-te, distrează-te și savurează călătoria!



Charles F. Haanel

(22 mai 1866 - 27 noiembrie 1949)

Charles F. Haanel s-a născut pe data de 22 mai 1866 în Ann Arbor, Michigan. A primit multe diplome, inclusiv pe aceea de doctorat de la College National Electronic Institute, de doctor în Metafizică de la Colegiul pentru Metafizică Divină şi de doctor în medicină de la Colegiul Universal din Dupleix, India. A fost preşedintele Companiei Comerciale Continental şi preşedinte al companiei Sacramento Valley Improvement.

A scris cărţi de filozofie, de psihologie, pe tema cauzalităţii, a ştiinţei vieţii, a personalităţii şi a ştiinţei minţii, pe care le-a sintetizat în *Sistemul Maestrului*, un sistem filozofic ce poate fi aplicat practic în orice domeniu al vieţii de zi cu zi.

Domnul Haanel a fost membru în multe grupuri, inclusiv în Colegiul de Psihoterapie din Londra, în Liga Autorilor din America, în Societatea Americană pentru Cercetări Psihice, în Societatea Rozicrucienilor, în Asociaţia Americană pentru Terapie prin Sugestie, în Liga Ştiinţifică Americană, în Fraternitatea Pi Gamma Mu, în masonerie, în cadrul căreia a fost maestru în Loja Keystone nr. 243, A.F. & A.M., şi al Templului Moolah.

Domnul Haanel a murit pe data de 27 noiembrie 1949, la vârsta de 83 de ani. A fost înmormântat la Cimitirul Bellefontaine din St. Louis.

Nan-in, un maestru japonez care a trăit în era Meiji (1868-1912) a primit în audiență un profesor universitar care dorea să afle mai multe despre zen.

Nan-in l-a servit cu ceai. El i-a turnat din ceainic în ceașcă și a continuat să toarne inclusiv după ce aceasta s-a umplut.

Profesorul a observat că ceaiul se revarsă din ceașcă. La un moment dat nu a mai putut suporta și a spus:

– A dat pe afară! Nu mai încape nimic în ceașcă!

– La fel ca această ceașcă, i-a răspuns Nan-in, și tu ești plin până la refuz cu propriile tale păreri și opinii. Ce ți-aș putea explica eu despre zen atât timp cât nu-ți golești ceașca?

„Ceașca de ceai", povestire cu tâlc
preluată din cartea *Carne zen, oase zen*

Prima săptămână

Introducere în Sistemul Maestrului

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN PRIMA SĂPTĂMÂNĂ

Este privilegiul meu să îți prezint în continuare principiile care trebuie înțelese și aplicate în prima săptămână, în cadrul Sistemului Maestrului. Dorești să obții mai multă putere? Tot ce ai de făcut este să îți cultivi conștiința puterii. Dorești să te bucuri de o stare de sănătate mai bună? Tot ce ai de făcut este să îți cultivi conștiința unei stări de sănătate perfecte. Dorești să fii mai fericit? Tot ce ai de făcut este să îți cultivi conștiința fericirii. Cultivă spiritul lucrurilor pe care ți le dorești, până când acestea devin parte integrantă din viața ta. În acest fel, va fi imposibil să nu te bucuri de ele. Tot ce există în această lume ascultă de o putere inerentă a omului, cu ajutorul căreia acesta le poate controla.

Tu nu trebuie să dobândești această putere, întrucât dispui deja de ea. Trebuie însă să o înțelegi, să o aplici, să o controlezi și să te impregnezi cu ea, astfel încât să poți avansa și să îți poți îndeplini toate dorințele.

Dacă vei continua să acumulezi această putere, să îți aprofundezi inspirația, să îți cristalizezi planurile și să dobândești o înțelegere din ce în ce mai profundă, vei începe să realizezi cu fiecare zi care trece că această lume nu este alcătuită din lucruri moarte, ci este vie! Este o lume alcătuită din bătăile inimilor tuturor oamenilor, o ființă de o mare frumusețe.

Desigur, este nevoie de un anumit efort pentru a înțelege această imagine, dar toți cei care vor ajunge la ea vor fi inspirați de o lumină nouă, de o forță pe care nu au avut-o până în prezent. Ei vor dobândi din ce în ce mai multă încredere și din ce în ce mai multă putere, cu fiecare zi care trece. Mai mult decât atât, ei vor vedea cum dorințele lor devin reale sub ochii lor. Viața lor va căpăta o semnificație nouă, mai profundă, pe care până atunci nu au sesizat-o.

Principalele principii care trebuie înțelese

Lumea exterioară este o reflexie a lumii interioare.

Orice posesiune are la bază conştiinţa.

Puntea de legătură între individ şi lumea obiectivă este mintea obiectivă. Organul acestei minţi este creierul.

Puntea de legătură între individ şi Mintea Universală este mintea subconştientă. Organul acestei minţi este plexul solar.

Mintea Universală este principiul vieţii care stă la baza existenţei oricărui atom.

Capacitatea de a gândi a individului echivalează cu capacitatea sa de a acţiona asupra Minţii Universale şi de a manifesta ceea ce îşi doreşte.

Rezultatul acestei acţiuni şi interacţiuni este legea cauzei şi efectului. Orice gând reprezintă o cauză şi orice condiţie exterioară reprezintă un efect.

Condiţiile exterioare armonioase şi dezirabile sunt obţinute numai prin cultivarea unor gânduri similare.

Discordia, dizarmonia, lipsurile şi limitările sunt consecinţa unei gândiri greşite.

Sursa întregii puteri este lumea interioară, Izvorul Universal al Tuturor Resurselor, Energia Infinită. Individul este doar un canal de manifestare a acestei energii.

Exerciţiu

Retrage-te într-o cameră în care să fii singur şi în care să nu poţi fi deranjat de nimeni. Aşează-te confortabil, cu coloana vertebrală dreaptă, dar nu întins pe spate. Lasă-ţi gândurile să vină

şi să plece aşa cum doresc, dar păstrează această poziţie nemişcată timp de 15-30 de minute. Practică acest exerciţiu timp de 3-4 zile, sau chiar întreaga săptămână, până când înveţi să îţi controlezi astfel corpul fizic.

Povestea elefantului

În India elefanţii sunt folosiţi pentru muncă. Dacă un elefant este mic şi cântăreşte aproximativ 100 de kilograme, el este legat cu o frânghie groasă. Între două „sarcini", elefanţii încearcă adeseori să scape, rupând frânghia. Ei trag de ea, se smucesc, ba chiar încearcă să o roadă, dar nu reuşesc să se elibereze. Mai devreme sau mai târziu, ei renunţă şi îşi acceptă condiţia. Spiritul lor este înfrânt. Elefanţii ajung la concluzia că nu mai au nicio şansă să se elibereze şi să îşi depăşească „limitarea".

Acesta este un „moment definitoriu". Un moment definitoriu este cel în care persoana adoptă şi / sau acceptă o nouă convingere care îi modifică radical viaţa. Ea acceptă această „nouă convingere" întrucât o consideră un „adevăr", indiferent dacă ea este reală sau nu. Creierul acceptă orice gând repetat ca fiind „adevărat". Metaforic vorbind, persoana este înlănţuită astfel de frânghie nu doar fizic, ci şi mental.

Cunoscând acest mecanism mental, supraveghetorilor elefanţilor din India le-a venit în minte ideea ingenioasă să îi supună permanent pe aceştia. Odată ce animalele acceptă ideea că nu mai pot scăpa, ei nu le mai leagă cu frânghii groase, ci cu unele extrem de subţiri, pe care elefanţii le-ar putea rupe fără prea mult efort. Animalele nu mai fac însă acest efort, întrucât au acceptat deja ideea că orice frânghie le răpeşte libertatea pentru totdeauna.

Tu nu eşti însă un elefant! Ridică-te şi rupe frânghiile pe care le-ai acceptat în mintea ta. Dacă îţi doreşti o schimbare în viaţa ta, începe prin a-ţi schimba perspectiva. Dacă te simţi copleşit de noutate, schimbă-ţi punctul de vedere.

Atitudinea mentală

Toate experiențele vieții sunt rezultatul atitudinii noastre mentale prevalente sau obişnuite. Motivul pentru care unii oameni obțin mai mult de la viață şi alții obțin mai puțin nu are nimic de-a face cu lăcomia sau cu norocul, ci cu atitudinea interioară: primii au o atitudine mentală orientată către abundență, iar ceilalți către lipsuri. **Lumea exterioară este o reflexie a lumii interioare.** Noi posedăm deja în interior tot ceea ce obținem în lumea exterioară.

Acest principiu nu este nou. Tu ai avut dintotdeauna această putere. Dacă circumstanțele din viața ta nu îți sunt pe plac, schimbă-ți natura gândurilor şi focalizează-te asupra lucrurilor pe care ți le doreşti, nu asupra celor pe care nu ți le doreşti.

Toate lucrurile pe care ni le oferă viața sunt rezultatul conştiinței noastre.

Toate lecțiile şi toate exercițiile din această carte au drept scop schimbarea modului tău de a gândi, întrucât de gândurile tale depinde tot ceea ce primeşti de la viață. De aceea, vom repeta mereu şi mereu această idee, astfel încât să o înțelegi şi să o integrezi cât mai profund în conştiința ta.

Secretul întregii puteri, al tuturor realizărilor şi al tuturor posesiunilor depinde de modul nostru de a gândi.

Ce te opreşte acum?

Haide să începem prin a identifica „frânghiile" care te leagă, ținându-te astfel în sclavie. Cum te priveşti pe tine însuți în acest moment? Gândeşte-te bine şi fii cât mai sincer, oricât de dureros ți s-ar părea acest lucru. Nu vei putea progresa decât dacă vei privi în față adevărul şi dacă vei ajunge să îl cunoşti.

Notează câteva din obstacolele, barierele şi limitările care crezi că te împiedică să obţii un succes desăvârşit în toate domeniile vieţii tale.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

Tu şi Mintea Universală

Instaurarea armoniei în lumea interioară echivalează cu capacitatea de a-ţi controla propriile gânduri şi de a stabili în ce fel te afectează fiecare experienţă în parte. Noi suntem conectaţi cu lumea exterioară prin intermediul **Minţii tale Obiective.** Organul fizic al acestei minţi este creierul.

Pe de altă parte, noi suntem conectaţi cu lumea interioară prin intermediul **Minţii Subconştiente.** Organul acestei minţi este plexul solar. Acest nod de nervi controlează toate senzaţiile subiective, precum bucuria, teama, iubirea, mânia şi imaginaţia.

Mintea Universală este conştiinţa care penetrează întregul univers. Ea ocupă întregul spaţiu şi este aceeaşi în toate punctele existenţei. Este atotputernică, omniscientă şi întotdeauna prezentă. Este totul în toate.

Noi suntem conectaţi cu Mintea Universală prin intermediul Minţii noastre Subconştiente, care ne permite astfel contactul cu forţele constructive infinite ale universului.

Conştiinţa ta face parte integrantă din Conştiinţa Universală, la fel cum o picătură de apă face parte integrantă din ocean. Deşi natura picăturii este identică cu cea a oceanului, nu putem spune despre ea că este totuna cu „oceanul". În mod similar, conştiinţa focalizată în celulele tale cerebrale are aceeaşi natură cu conştiinţa focalizată în celulele cerebrale ale unei alte persoane, dar cele două conştiinţe nu sunt identice. Fiecare dintre noi suntem canale individuale ale aceluiaşi Principiu Universal.

Lumea interioară este cauza, iar lumea exterioară este efectul. Pentru a schimba efectul, noi trebuie să schimbăm mai întâi cauza. Marea majoritate a oamenilor încearcă să schimbe efectele operând tot asupra efectelor. Ei repetă la infinit această greşeală. Efectele (sau focalizarea gândurilor asupra lor) nu pot produce decât acelaşi tip de efecte, doar că într-o cantitate mai mare.

Înțelegerea acestui mecanism ne oferă puterea de a controla efectele din viața noastră. Prin înlocuirea sărăciei cu abundența, a bolii cu sănătatea, a ignoranței cu înțelepciunea, a dizarmoniei cu armonia şi a tiraniei cu libertatea, noi creăm în viața noastră rezultatele pe care ni le dorim cu adevărat.

Recunoaşterea

Lumea interioară este izvorul universal al tuturor resurselor. Cea exterioară este albia prin care curge acest izvor. **Capacitatea noastră de a primi depinde de recunoaşterea Izvorului Universal.** Această recunoaştere este un proces mental.

Noi trăim scufundați într-un ocean insondabil alcătuit dintr-o substanță mentală extrem de plastică, veşnic vie şi activă. Ea poate lua orice formă, în funcție de solicitările noastre interioare. Gândurile noastre reprezintă matrița care ne va modela viața. Altfel spus, ele au capacitatea de a se transforma în realitate.

Cu cât ajungem să înțelegem mai bine acest proces (prin recunoaşterea lui), cu atât mai bine putem controla circumstanțele vieții noastre, obținând astfel lucrurile pe care ni le dorim.

Frază cheie



Dacă eşti sincer cu tine însuți ajungi să te cunoşti mai bine, şi astfel începi să avansezi pe calea ce conduce către succes şi realizare. Atât timp cât rămâi focalizat asupra lucrurilor pe care ți le doreşti cu adevărat, nu asupra celor pe care nu ți le doreşti, tu te condiționezi singur să obții succesul şi realizarea.

Practicarea exercițiului

Atunci când practici **exercițiul**, observă toate senzațiile fizice pe care le simți, cum ar fi tremurul degetelor, mâncărimile la nivelul nasului, tresăririle picioarelor şi celelalte mişcări „inconştiente" pe care corpul tău are tendința să le execute. Corpul este instrumentul nostru, posesiunea noastră, dar rămâne totuşi unul din cele mai dificile lucruri de controlat! De ce?

Noi trebuie să începem întotdeauna prin a recunoaşte punctul în care am ajuns de-a lungul călătoriei noastre. Focalizarea asupra corpului fizic reprezintă primul pas către cunoaşterea şi înțelegerea acestor percepții inconştiente. Practicând acest exercițiu, vei învăța să îți focalizezi mintea (să nu o mai laşi să îşi risipească energia gândindu-se la tot felul de prostii) şi să o orientezi asupra *momentului prezent,* singurul care contează cu adevărat.

Este absolut imperativ să ajungi să stăpâneşti perfect această lecție. Nu-ți vei putea controla niciodată mintea atât timp cât nu vei reuşi să îți controlezi corpul.

Notează-ți impresiile aici

„Mai presus de orice, dacă doreşti ca sinele tău să fie autentic, nu poţi să fii fals în relaţia ta cu alţi oameni. Acest lucru este la fel de evident ca şi faptul că noaptea urmează după zi."

– William Shakespeare, *Hamlet*

Săptămâna a doua

Principiile fundamentale ale minţii

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A DOUA

Dificultățile cu care ne confruntăm sunt datorate în mare măsură ideilor noastre confuze și ignorării adevăratelor noastre interese. Marea noastră menire constă în a descoperi care sunt legile naturii pe care trebuie să le urmăm, adaptându-ne la ele. În acest scop, gândirea lucidă și viziunea morală au o valoare inestimabilă. Toate procesele, inclusiv cel al gândirii, trebuie să aibă la bază un fundament solid.

Cu cât sensibilitatea noastră devine mai rafinată, cu cât judecata noastră devine mai lucidă, cu cât gustul nostru devine mai delicat, emoțiile noastre mai subtile, inteligența mai ascuțită și aspirația mai înaltă, cu atât mai pure și mai intense devin binecuvântările pe care le revarsă asupra noastră existența. Rezultă că plăcerea supremă în viață este asigurată de studierea gândurilor cele mai elevate pe care le-au creat vreodată oamenii.

Puterile și posibilitățile minții depășesc cu mult chiar și cele mai extravagante realizări materiale. Gândul este înainte de toate energie. Din acest punct de vedere, gândul activ reprezintă o energie activă, iar cel concentrat o energie concentrată. Mai mult, gândul concentrat asupra unui scop bine definit se transformă în putere. Aceasta este marea putere de care se folosesc cei care nu cred în virtutea sărăciei sau în frumusețea negării de sine. Ei își dau imediat seama că cei care vorbesc de aceste virtuți sunt cei slabi.

Capacitatea de a recepta și de a manifesta această putere depinde de capacitatea de a recunoaște Energia Infinită care sălășluiește în om, creându-i și recreându-i constant corpul și mintea, și gata oricând să se manifeste prin el în orice manieră pe care acesta o consideră necesară. Manifestările din viața exterioară a individului vor fi direct proporționale cu recunoașterea de către acesta a adevărului exprimat mai sus.

Principiile descrise în Săptămâna a Doua vor explica metoda prin care individul poate aplica această putere interioară.

Principalele principii care trebuie înțelese

Mintea conştientă şi cea subconştientă sunt cele două moduri ale activităţii mentale.

Uşurinţa şi perfecţiunea depind în totalitate de gradul în care reuşim să nu mai depindem de mintea noastră conştientă.

Valoarea minţii subconştiente este enormă. Ea ne călăuzeşte, ne avertizează, controlează procesele vitale ale organismului nostru şi reprezintă sediul memoriei.

Mintea conştientă are facultatea discriminării, este înzestrată cu puterea raţiunii şi reprezintă sediul voinţei. Ea poate influenţa mintea subconştientă.

„Mintea conştientă este similară cu voinţa raţională. Cea subconştientă este sinonimă cu dorinţa instinctivă, fiind consecinţa unei voinţe raţionale din trecut."

Pentru a-ţi activa subconştientul, afirmă mental ceea ce îţi doreşti.

Dacă dorinţa ta este în armonie cu mişcarea înainte a marii Totalităţi, aceasta din urmă va pune în mişcare forţe care îţi vor aduce la picioare rezultatul dorit.

Mediul exterior reflectă condiţiile care corespund atitudinii mentale predominante pe care o cultivăm.

Legea Atracţiei afirmă că mediul exterior reflectă atitudinea noastră mentală predominantă.

Gândul este o energie creatoare. El se corelează automat cu obiectul său şi tinde să îl manifeste.

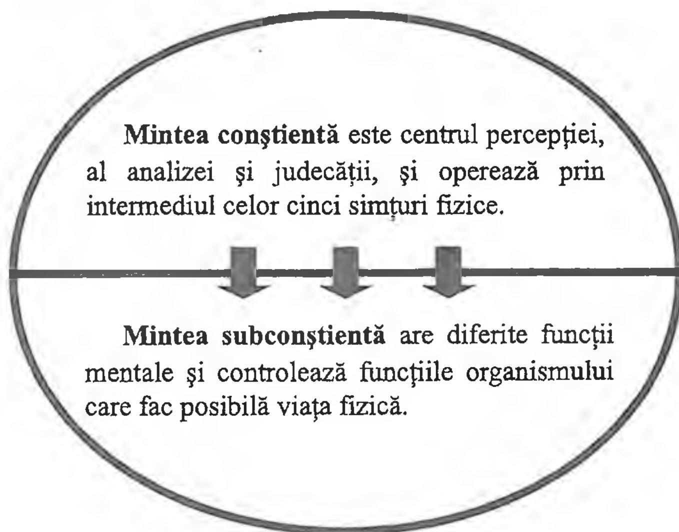
Exerciţiu

Odată cu acest exerciţiu, vei începe să înveţi să îţi controlezi gândurile. În acest scop, alege întotdeauna aceeaşi cameră, acelaşi scaun şi chiar aceeaşi poziţie, dacă este posibil. Dacă nu este

posibil să practici întotdeauna în aceeaşi cameră, foloseşte-te cât poţi de bine de condiţiile de care dispui. La fel ca în cazul exerciţiului anterior, rămâi complet nemişcat, dar de această dată încearcă să îţi linişteşti inclusiv mintea. Inhibă-ţi toate gândurile. În acest fel, îţi vei putea controla gândurile de teamă, de îngrijorare şi de tristeţe. De îndată ce vei învăţa să controlezi acest proces, vei putea cultiva numai gânduri pozitive, care corespund aspiraţiilor şi dorinţelor tale. Continuă acest exerciţiu până când atingi măiestria perfectă.

Cele două aspecte ale minţii

Mintea are două aspecte: **mintea conştientă şi mintea subconştientă.**



Noi ne folosim mai mult de mintea conştientă atunci când învăţăm ceva nou. Odată dezvoltată capacitatea respectivă prin repetiţie, subconştientul preia controlul asupra ei, întrucât este centrul memoriei. **Subconştientul este sediul obişnuinţei.**

Valoarea subconştientului este enormă. El ne avertizează şi ne aminteşte diferite nume şi fapte, sau chiar scene întregi. În plus, realizează sarcini complexe, pe care mintea conştientă nu le-ar putea realiza.

Direcționarea minții subconştiente

Mintea conştientă poate direcționa mintea subconştientă. Această premisă permite transformarea vieții personale, inversarea condițiilor negative şi înlocuirea lor cu altele, pozitive. De vreme ce preia instrucțiunile minții conştiente, subconştientul nu pune la îndoială aceste instrucțiuni. Dacă a acceptat sugestii greşite, cea mai bună metodă de contracarare a lor este repetarea unor sugestii opuse, pozitive. Dată fiind funcția creatoare a subconştientului, care este una cu Mintea Universală, el creează pe loc noile circumstanțe dorite.

Mintea conştientă este sinonimă cu voința rațională. Cea subconştientă este sinonimă cu dorința instinctuală. Mintea conştientă analizează şi demonstrează, în timp ce cea subconştientă percepe prin intermediul intuiției. De aceea, procesele sale sunt mult mai rapide. Ea nu doarme şi nu se odihneşte niciodată. Prin simpla repetare a sarcinilor pe care mintea conştientă doreşte ca cea subconştientă să le îndeplinească, aceasta din urmă se pune în mişcare şi declanşează forțe ce conduc la rezultatele dorite. De aceea, dacă vei învăța să îți controlezi subconştientul, tu vei avea la dispoziție resurse infinite.

Frază cheie



Mediul exterior reflectă condițiile ce corespund atitudinii mentale predominante pe care o cultivăm.
Acest principiu mai este cunoscut sub numele de Legea Atracției.

Rescrierea poveştii personale

Există un material mental din care sunt alcătuite toate lucrurile. În starea sa originală, el penetrează şi umple întregul spaţiu. Un gând care operează în interiorul acestei substanţe generează obiectul pe care îl descrie. Omul îşi poate imagina lucrurile dorite în mintea sa, iar prin imprimarea acestor imagini în materialul mental lipsit de formă poate materializa lucrurile dorite.

Începe să lucrezi chiar de astăzi cu subconştientul tău. În cadrul lecţiei din **Prima Săptămână** ţi s-a cerut să enumeri în scris diferite lucruri pe care le percepi ca obstacole în calea unei vieţi de succes („frânghiile" care te leagă). De această dată trebuie să notezi în scris câte o afirmaţie pozitivă care să contracareze aceste limitări percepute de tine. Spre exemplu, dacă ai scris „Nu am bani", notează acum „Sunt bogat".

Afirmaţiile mele

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.

Repetă zilnic cu voce tare aceste afirmaţii, dimineaţa când te trezeşti din somn şi seara înainte de culcare, precum şi în timpul zilei, ori de câte ori îţi aminteşti şi când prinzi un moment de linişte. Limitările pe care ţi le-ai definit singur nu sunt altceva decât pretexte care te împiedică să atingi un succes răsunător. Asumă-ţi responsabilitatea completă pentru propria ta

viață și realizează că ai puterea de a-ți modela această viață așa cum dorești, prin alegerea convingerilor, gândurilor, sentimentelor și acțiunilor tale.

Aforisme pline de înțelepciune

Cei care afirmă că un lucru nu poate fi făcut nu ar trebui să îl întrerupă pe cel care îl face.

– Proverb chinez

Viața este o piatră de măcinat. Ea te poate face praf și pulbere, dar te poate și șlefui. Depinde de materialul din care ești alcătuit.

– Jacob M. Braude

Uneori, când mă gândesc ce consecințe colosale pot genera cele mai mărunte lucruri, sunt tentat să cred că nu există lucruri mărunte.

– Bruce Barton

Noi suntem ceea ce facem în mod repetat. În aceste condiții, excelența nu reprezintă un act, ci o obișnuință.

– Aristotel

Indiferent dacă ești de părere că poți face sau nu poți face ceva, tu ai dreptate.

– Henry Ford

Mintea poate realiza toate lucrurile pe care și le poate imagina, cu condiția să creadă în ele.

– Napoleon Hill

Ce am învățat până acum?

În această secțiune ne-am ocupat de mintea subconștientă și am învățat că aceasta poate fi controlată și influențată de mintea conștientă. Noi primim informații din lumea exterioară de la cele cinci simțuri fizice. Aceste informații sunt filtrate și prelucrate de mintea conștientă. Ea trage concluzii și alimentează astfel mintea subconștientă. Aceste concluzii stau la baza obișnuințelor noastre.

Pentru a controla experiențele noastre în lumea exterioară, noi trebuie să începem prin a controla lumea noastră interioară. Putem face acest lucru prin renunțarea la gândurile negative și distructive din mintea conștientă, întrucât acestea impresionează la rândul lor mintea subconștientă, care le transformă în realitate prin intermediul Legii Atracției.

Exercițiul pe care l-am indicat pentru această săptămână are o importanță vitală. Este foarte important să înveți să îți reduci la tăcere dialogul mental interior, care la omul obișnuit continuă nonstop, în fiecare moment al zilei. Din păcate, foarte multe din aceste gânduri conduc la rezultate neintenționate sau chiar nedorite. Prin practicarea acestui exercițiu, vei deveni din ce în ce mai conștient de dialogul tău interior și te vei disciplina din ce în ce mai bine, reducând din ce în ce mai des la tăcere acest dialog.

Pe măsură ce vei progresa, vei observa imediat când mintea ta va începe un dialog interior negativ și vei putea înlocui în mod conștient acest dialog cu diferite afirmații pozitive care contracarează gândurile negative inițiale.

Noi afirmații

Îmi asum responsabilitatea pentru viața mea. Eu sunt responsabil de ea.

Știu în ce etapă mă aflu. Aceasta este temelia pe care îmi voi construi noua mea viață.

Știu încotro mă îndrept. Mă apropii cu fiecare zi de scopurile pe care mi le-am propus.

Devin din ce în ce mai bun, cu fiecare zi care trece.

Mă iubesc pe mine însumi. Merit să mă bucur de succes. Sunt fericit. Sunt sănătos. Sunt bogat.

Legea cauzei şi efectului este la fel de imuabilă în lumea invizibilă a gândurilor cum este în cea vizibilă a lucrurilor materiale. Mintea este maestrul ţesător. Ea ţese deopotrivă veşmântul interior al caracterului şi cel exterior al circumstanţelor.

– James Allen

Săptămâna a treia

Realizează-ţi potenţialul mental

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A TREIA

Aşa cum ai văzut, individul se poate pune la unison cu Principiul Universal, rezultatul acestei acţiuni şi reacţii fiind principiul cauzalităţii (al cauzei şi efectului).

Pe scurt, gândirea reprezintă cauza, iar experienţele cu care te confrunţi în viaţă reprezintă efectele.

De aceea, renunţă la tendinţa de a te plânge de condiţiile cu care te confrunţi, întrucât nu depinde decât de tine să le schimbi cu acele condiţii pe care ţi-ai dori să le experimentezi.

Focalizează-ţi eforturile către realizarea potenţialului tău mental, care îţi stă tot timpul la dispoziţie şi din care se naşte orice putere reală şi durabilă.

Perseverează cu această practică până când vei ajunge să înţelegi că tu poţi realiza absolut tot ceea ce îţi doreşti, singura condiţie necesară fiind aceea de a-ţi înţelege propria putere şi de a continua să te concentrezi asupra obiectului dorit. Forţele minţii sunt întotdeauna dornice să se pună în slujba unei voinţe focalizate, care nu îşi doreşte altceva decât să îşi cristalizeze gândurile şi dorinţele în acţiuni, condiţii şi evenimente.

Dacă la început fiecare funcţie a vieţii şi fiecare acţiune reprezintă rezultatul unui gând conştient, acţiunile repetate tind să devină automate, iar gândul care le controlează se scufundă în lumea subconştientului. Asta nu înseamnă însă că el îşi pierde inteligenţa creatoare. El devine automat numai pentru ca mintea subconştientă să se poată ocupa şi de alte lucruri. Noile acţiuni vor deveni la rândul lor obişnuinţe, apoi procese automate şi subconştiente, astfel încât mintea să se poată elibera de aceste detalii şi să se poată focaliza asupra altor activităţi noi.

Dacă vei înţelege acest mecanism, vei descoperi o sursă de putere care îţi va permite să faci faţă cu succes tuturor situaţiilor care pot apărea în viaţa ta.

Principalele principii care trebuie înțelese

Sistemul cerebrospinal este organul minții conştiente.

Sistemul nervos simpatic este organul minții subconştiente.

Plexul solar este punctul central din care este distribuită energia pe care o generează în permanență corpul.

Distribuirea energiei poate fi blocată de gândurile care opun rezistență, de cele critice şi de cele discordante, dar mai presus de toate de teamă.

Toate relele cu care se confruntă rasa umană sunt consecința acestor blocaje.

Această energie poate fi controlată şi direcționată prin procesul conştient de gândire.

Teama poate fi eliminată în totalitate prin recunoaşterea şi înțelegerea adevăratei surse a oricărei puteri.

Atitudinea noastră mentală predominantă determină experiențele cu care ne confruntăm în viață.

Pentru a-ți trezi plexul solar, concentrează-te mental asupra condiției (circumstanțelor) pe care doreşti să o (le) experimentezi.

Mintea Universală este principiul creator al universului.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, îți propunem să continui exercițiul de data trecută, mergând însă un pas mai departe. De data aceasta, nu te limita doar să rămâi perfect nemişcat şi să îți linişteşti gândurile, ci fă acest lucru într-o stare de relaxare perfectă. Abandonează-te. Lasă-ți muşchii să se destindă. În acest fel, ei nu vor mai presa asupra nervilor, fapt care va elimina

tensiunile ce se acumulează şi generează atât de frecvent o stare de epuizare fizică.

Trăieşte-ţi viaţa la maxim

Imaginează-ţi că îţi trăieşti viaţa la maxim. Nu este decât un vis, aşa că îţi poţi permite să visezi la scară mare. Enumeră toate lucrurile pe care ai dori să ţi le ofere viaţa. Nu te limita însă la această pagină. Ia o nouă foaie de hârtie (ba chiar un top întreg) şi continuă să scrii pe ea tot ce îţi doreşti, deopotrivă lucrurile mărunte şi cele măreţe. De pildă, poţi nota aici că îţi doreşti să nu mai ai datorii, dar şi faptul că îţi doreşti o casă de 10 milioane de dolari, sau faptul că doreşti să te înscrii într-un nou club de golf, dar şi să ai un avion personal. Nu te limita în niciun fel. Visează cu ochii deschişi şi notează în scris *tot* ce îţi doreşti.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.
16.
17.
18.
19.
20.

Frază cheie



Aşa cum am văzut, mintea subconştientă reacţionează la indicaţiile minţii conştiente, ceea ce înseamnă că puterea creatoare nelimitată a Minţii Universale poate fi controlată de mintea conştientă a individului.

Relaxează-ţi corpul

Rămâi liniştit, deopotrivă fizic şi mental, şi relaxează-ţi corpul astfel încât să nu mai simţi nicio tensiune nedorită care să întrerupă fluxul energetic din organismul tău. Dacă ai practicat cu succes exerciţiile de până acum, acesta nu îţi va face probleme.

După cum spune Haanel: „Relaxarea fizică este un exerciţiu voluntar al voinţei, iar exersarea ei are o mare valoare, întrucât îi permite sângelui să circule liber între creier şi corp."

Atunci când ne relaxăm, noi îi permitem plexului nostru solar, care reprezintă sediul minţii noastre subconştiente, să funcţioneze plenar. De aceea, atunci când ne relaxăm noi emanăm încredere în sine, sănătate şi putere, la modul cel mai armonios. Gândurile noastre nu mai opun rezistenţă, fapt care îi permite plexului nostru solar să se dilate. În acest fel, noi ne învingem teama şi demonii personali.

Teama este o emoţie negativă, care ne face să agonizăm ori de câte ori ne gândim la trecutul, prezentul sau viitorul nostru. Când teama dispare, lumina noastră interioară începe să strălucească, iar noi ne realizăm potenţialul plenar, fapt care ne permite să transcendem orice condiţie adversă.

Tensiunile fizice conduc la agitaţie mentală, adică la o activitate anormală a minţii care generează îngrijorare, teamă şi anxietate. De aceea, relaxarea este absolut necesară pentru a transcende aceste stări. Prin practicarea cu succes a acestui exerciţiu, plexul tău solar va începe să funcţioneze la capacitatea sa optimă.

Ce crezi despre această poezie?

Salariul meu

M-am târguit cu Viața pentru un ban,
Iar Viața nu mi-a dat nimic în plus,
Oricât de mult am implorat-o serile,
Când îmi număram puținii bani.

Viața nu este altceva decât un angajator.
Ea îți oferă ceea ce îi ceri,
Iar odată negociat salariul,
Trebuie să îl accepți și să îți faci datoria.

Personal, am lucrat pentru un salariu de nimic,
Pentru ca mai târziu să aflu dezamăgită
Că orice salariu i-aș fi cerut Vieții,
Aceasta mi l-ar fi plătit cu dragă inimă.

– Jessie B. Rittenhouse

Săptămâna a patra

Inversarea procesului –
De la cauză la efect

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A PATRA

Principiile care urmează trebuie aplicate în cea de-a patra săptămână. Ele îți vor explica de ce ceea ce gândești, ceea ce faci și ceea ce simți reprezintă o reflectare a ceea ce ești.

Gândul este o energie, iar energia înseamnă putere. Toate religiile, științele și filozofiile pe care le-a cunoscut această lume au avut la bază manifestările acestei energii, și nu energia în sine. Așa se explică de ce lumea s-a limitat doar la efecte, ignorând sau înțelegând greșit cauzele.

Așa se explică de ce religia vorbește de un Dumnezeu și un diavol, știința de forțe pozitive și negative, iar filozofia de bine și de rău.

Sistemul Maestrului inversează acest proces. El nu este interesat decât de cauze. Scrisorile primite de autor de la studenții săi atestă un lucru minunat: ele confirmă faptul că prin descoperirea cauzelor, studenții își pot asigura starea de sănătate dorită, armonia, abundența și toate acele lucruri care le pot asigura fericirea și bunăstarea.

Viața este prin excelență expresivă, iar menirea noastră este de a ne exprima într-o manieră armonioasă și constructivă. Durerea, suferința, nefericirea, boala și sărăcia nu reprezintă necesități absolute, putând fi eliminate complet din viața noastră.

Acest proces de eliminare constă în ridicarea mai presus de orice fel de limitare. Cel care își întărește și își purifică gândurile nu mai trebuie să se preocupe de microbi, iar cel care a înțeles legea abundenței se poate racorda pe loc la sursa tuturor bogățiilor.

În acest fel, soarta, norocul și destinul pot fi controlate la fel de sigur cum își controlează un căpitan nava sau un mecanic trenul.

Principalele principii care trebuie înțelese

Gândul este o energie spirituală.

Gândul se propagă în virtutea legii vibrației.

Gândul capătă vitalitate atunci când este încărcat cu iubire (conform legii iubirii).

Gândul ia formă în virtutea legii creşterii.

Secretul procesului creator este că acesta reprezintă o activitate spirituală.

Noi trebuie să ne dezvoltăm credința, curajul şi entuziasmul, care ne vor conduce către realizare, întrucât ne permit să ne recunoaştem natura spirituală.

Serviciul este secretul Puterii.

Serviciul este secretul Puterii deoarece noi obținem întotdeauna ceea ce oferim.

Tăcerea echivalează cu liniştea fizică.

Tăcerea reprezintă primul pas către autocontrol şi măiestrie de sine.

Exercițiu

Săptămâna trecută ai învățat să te relaxezi la nivel fizic. De această dată îți propunem să te relaxezi la nivel mental. Dacă ai practicat exercițiul de săptămâna trecută în fiecare zi timp de 15-30 de minute, conform instrucțiunilor oferite, înseamnă că ai învățat să te relaxezi din punct de vedere fizic. Cine nu ştie să se relaxeze rapid şi complet, în mod conştient, nu poate fi considerat propriul său stăpân. El nu se bucură încă de libertate interioară, ci este sclavul condițiilor exterioare. Presupunem însă că ai practicat cu

succes exercițiul de săptămâna trecută, așa că ești pregătit pentru pasul următor, care conduce la o stare de libertate mentală.

Așadar, așează-te în postura obișnuită, elimină tensiunile din corpul tău printr-o relaxare fizică totală, iar apoi detașează-te mental de orice gând sau emoție negativă, cum ar fi ura, mânia, grijile, gelozia, invidia, tristețea sau dezamăgirea.

Poate că îți spui că nu te „poți" detașa de aceste emoții negative, dar noi îți garantăm că poți face acest lucru. Exersează-ți în acest scop voința conștientă și perseverența.

Tu faci parte integrantă din univers

„Eul" tău nu este totuna cu corpul tău fizic; nici chiar cu mintea ta. El este un principiu care controlează deopotrivă corpul și mintea. Atunci când îți spui: „Mă gândesc la...", „eul" tău îi spune minții la ce să se gândească. Dacă îți spui: „Mă duc la...", eul tău îi spune corpului unde să se ducă.



Natura „eului" este spirituală. De aceea, el reprezintă puntea de legătură cu principiul universal. Altfel spus, el face parte integrantă din acest principiu. Singura diferență dintre „eu" și principiul universal ține de grad, nu de calitate.

Lumea interioară este controlată de „eu", iar acest „eu" face parte integrantă din Energia Universală a Spiritului, pe care mulți o numesc Dumnezeu.

Ştiinţa numeşte principiul universal „Energia Eternă". La rândul ei, religia afirmă că „Dumnezeu sălăşluieşte *în interiorul* omului, deci nu operează din exterior *asupra* lui".

Biblia spune în această direcţie: „Nu ştiţi că voi sunteţi templul lui Dumnezeu cel viu?"

Secretul puterii

Pentru a putea face diferite lucruri, tu trebuie să dispui de putere. Cultivarea spiritualităţii şi a măiestriei de sine nu este totuna cu asceza, cu renunţarea la lucrurile materiale sau cu negarea de sine. Cum i-ai putea ajuta pe ceilalţi oameni dacă nu dispui de putere personală? Numai un om bogat poate face donaţii pentru o operă de caritate. Numai un om puternic poate apăra un om slab. Numai un om înţelept poate da sfaturi unui om lipsit de experienţă.

Puterea este dobândită prin serviciile pe care le prestăm. Cu cât oferim mai mult, cu atât primim mai mult. Spre exemplu, să spunem că doi oameni investesc bani în acţiuni la bursă, iar aceste acţiuni îşi dublează în timp valoarea. Prima persoană a investit 1.000 de dolari şi a obţinut astfel din dublarea acţiunilor 2.000 de dolari, ceea ce înseamnă un profit de 1.000 de dolari. Cea de-a doua persoană a investit 10.000 de dolari. Averea sa a crescut astfel la 20.000 de dolari, ceea ce înseamnă un profit de 10.000 de dolari!

Acelaşi principiu acţionează în toate domeniile vieţii: în cel al relaţiilor, în cel al învăţării, în cel profesional şi în cel al timpului liber. De pildă, dacă doi oameni doresc să înveţe matematică, cel care va învăţa mai mult va fi cel care va face mai multe exerciţii şi care va rezolva mai multe probleme. La fel, dacă doi oameni doresc să promoveze la locul ce muncă, cel care are cele mai multe şanse de succes este cel care investeşte mai mult interes în ceea ce face. Niciun muzician nu va ajunge să cânte vreodată la Carnegie

Hall dacă nu „va practica, va practica şi iarăşi va practica" (după cum se spune).

Singurul caz în care acest principiu nu funcționează este cel în care urmărim un scop egoist, care poate răni sau poate face rău altcuiva. Nu este nimic rău în a scoate profit, dar este greşit să urmăreşti profitul prin înşelarea sau amăgirea altor persoane. Dacă îi vei permite principiului universal să se manifeste prin tine, vei putea obține tot ceea ce îți doreşti. Dacă îți propui însă tot felul de stratageme egoiste, ai toate şansele să eşuezi.

Treci chiar acum la fapte!

În **Săptămâna a treia** ți s-a cerut să enumeri în scris tot ce îți doreşti de la viață. Cu cât această listă ți-a ieşit mai lungă, cu atât mai bine! Scopul exercițiului a fost să notezi tot ce îți doreşti, deopotrivă lucrurile mărețe şi cele minore.

Reciteşte acum această listă şi alege din ea principalele zece dorințe pe care le poți îndeplini în scurt timp. Spre exemplu, dacă ai scris: „Îmi doresc cealaltă carte a lui Haanel, *Uimitoarele secrete ale yoghinilor*", trece această dorință în noua listă.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

„Eu pot fi orice îmi propun să fiu."

Dacă ai terminat lista cu dorințele pe care ți le poți îndeplini cu ușurință, începe să le transpui în practică! Succesul este direct legat de acțiune. Tu poți avea cel mai măreț vis din lume, dar dacă nu faci nimic pentru a-l transpune în realitate, nu ești decât un visător naiv care își risipește singur viața. Gândește-te ce anume a stat la baza succesului marilor oameni: *faptul că au acționat!* Chiar și marii gânditori au devenit astfel pentru că și-au notat în scris ideile, astfel încât și alții să le poată citi, deci au făcut ceva.

Dorim să-ți transmitem însă un avertisment. După cum spune Haanel însuși: „Dacă nu intenționezi să mergi până la capăt cu un lucru, mai bine nu-l începe. Dacă l-ai început, atunci mergi până la capăt, chiar dacă pică cerul pe tine. Dacă te hotărăști să faci ceva, fă-o. Nu lăsa nimic și pe nimeni să te împiedice să îți duci la bun sfârșit proiectul."

Ori de câte ori ne propunem să facem ceva și ne ducem la bun sfârșit proiectul, indiferent cât de măreț sau de insignifiant este acesta, noi facem o depunere în contul nostru spiritual. Ori de câte ori dăm greș într-un proiect pe care ni l-am propus, noi facem o retragere din contul nostru spiritual. Dacă retragem prea mult, este foarte posibil să dăm faliment. De aceea, este foarte important să ducem la bun sfârșit tot ce ne-am propus.

Frază cheie



Pentru a putea manifesta puterea, abundența sau orice alte obiective constructive, emoțiile trebuie să încarce gândurile, astfel încât acestea din urmă să poată prinde formă.

Caută tăcerea

Gândurile reprezintă secretul tuturor realizărilor. Atunci când gândim, noi punem în mişcare **legea vibraţiei,** care transformă în realitate gândurile noastre. La rândul ei, **legea iubirii,** care operează prin intermediul emoţiilor, conferă gândurilor noastre vitalitate.

Cu alte cuvinte, nivelul credinţei tale influenţează decisiv rapiditatea cu care visele tale se vor transforma în realitate. De pildă, în cazul în care crezi că poţi realiza cu uşurinţă un anumit lucru, tu îţi îndeplineşti imediat dorinţa. În schimb, dacă porneşti de la premisa că nu poţi realiza ceva decât cu mare greutate sau că visul tău este de-a dreptul imposibil, tu avansezi foarte lent către îndeplinirea dorinţei tale, iar obstacolele care îţi ies în cale te fac să te clatini şi chiar să renunţi la urmărirea acesteia.

Gândurile noastre capătă putere atunci când căutăm tăcerea interioară. Atunci când mintea noastră nu este înţesată de alte gânduri confuze, gândurile pe care le susţinem cu fermitate devin foarte puternice şi tind să se îndeplinească rapid. Acesta este marele secret al realizării.

Atunci când viziunea mentală pe care o avem (a scopului pe care ni l-am propus) devine din ce în ce mai clară, ea tinde să devină o obişnuinţă mentală (un automatism). Pentru noi, gândul nostru încetează să mai fie un simplu gând, devenind o realitate **de care suntem siguri şi pe care o cunoaştem.**

Lasă-te călăuzit de intelect

Pentru ca gândurile noastre să devină clare, noi trebuie să ne lăsăm călăuziţi de intelect, nu de emoţiile noastre. Spre exemplu, email-ul reprezintă o modalitate minunată de a comunica instantaneu cu cineva. Atunci când trimitem un email, beneficiarul

lui îl primeşte pe loc, fapt care facilitează comunicarea cu el. Acest mecanism acţionează însă ca o sabie cu dublu tăiş. Dacă email-ul pe care l-am trimis îl enervează pe beneficiar, este foarte posibil ca acesta să ne răspundă cu aceeaşi monedă, rănindu-ne sentimentele. De aceea, înainte de a trimite un email, cel mai bine este să stai să *te gândeşti* ce fel de reacţie emoţională îi va transmite acesta beneficiarului.

Este foarte important să gândim limpede. Chiar dacă emoţiile ne pot colora gândurile, acestea trebuie să rămână corecte şi autentice, nu să reflecte simple izbucniri emoţionale.

Atunci când este ghidată de intelect, voinţa poate obţine cu uşurinţă victoria.

Practicarea exerciţiului

Secretul acestui exerciţiu (ca şi cel al exerciţiului recomandat în **Săptămâna a treia)** este „abandonarea". Dacă te vei detaşa de lucrurile care te trag în jos, tu vei trăi viaţa pe care ţi-o doreşti. Unii oameni numesc metaforic acest lucru „renunţarea la bagaje" sau „a lăsa jos crucea pe care o duci în spinare".

Haanel afirmă că dacă ai probleme cu abandonarea, trebuie să îţi stabileşti intenţia fermă de a o cultiva şi să practici acest lucru cu perseverenţă. Aceasta este însă doar una din modalităţile posibile. Iată în continuare o metodă care te poate ajuta să te abandonezi.

În cazul în care constaţi că eşti incapabil să te detaşezi de anumite sentimente, notează-le în scris. Spre exemplu, dacă eşti elev şi colegii tăi te tachinează la şcoală, notează în scris acest lucru. După ce ai terminat lista cu lucrurile care te nemulţumesc, citeşte-o. Vei constata că foarte multe din lucrurile notate pe ea ţi

se vor părea prosteşti sau minore prin comparaţie cu măreţia de ansamblu a vieţii tale.

Acesta este cel mai potrivit moment pentru a practica exerciţiul.

Notează aici impresiile tale.

„Planifică-ţi întotdeauna viitorul. Reţine: nu a început să plouă până când Noe nu şi-a terminat de construit arca."

– Anonim

„Voinţa este omul orb, dar puternic, ce îl duce pe umerii săi pe omul slab, dar care poate vedea."

– Arthur Schopenhauer

Săptămâna a cincea

Mintea creatoare

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A CINCEA

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese și aplicate în cea de-a cincea săptămână. Dacă vei studia cu atenție aceste principii, vei descoperi că orice forță, orice obiect și orice realitate sunt rezultatul minții în acțiune.

Mintea în acțiune înseamnă gândire, iar gândirea este un proces creator. Gândurile oamenilor sunt mai complexe astăzi decât au fost vreodată în istorie. De aceea, putem trage concluzia că ne aflăm într-o epocă profund creatoare, în care viața le va oferi cele mai mari beneficii gânditorilor.

Materia este lipsită de putere, pasivă și inertă. Mintea înseamnă forță, energie și putere. Ea controlează și dă formă materiei. Formele pe care și le asumă materia nu sunt altceva decât expresii ale unor gânduri care le-au precedat.

Gândirea nu poate realiza însă transformări magice. Ea ascultă de anumite legi naturale, pune în mișcare forțe naturale, declanșează energii naturale, pe care le manifestă prin acțiunile oamenilor, generând efecte asupra prietenilor și cunoștințelor acestora, și sfârșind prin a le schimba astfel mediul.

Tu îți poți cultiva gândurile pe care le dorești, și întrucât gândurile sunt creatoare, tu îți poți crea astfel toate lucrurile pe care le dorești.

Principalele principii care trebuie înțelese

Cel puțin 90% din activitatea ta mentală este subconștientă.

Acest uriaș depozit mental nu este de regulă utilizat, întrucât puțini oameni înțeleg sau apreciază faptul că această activitate mentală poate fi controlată sau direcționată în mod conștient.

Principalele tendințe ale minții conștiente sunt ereditare. Altfel spus, ele reprezintă acumulări ale generațiilor anterioare.

Legea Atracției ne oferă numai „ceea ce ne aparține de drept”, respectiv consecința gândurilor noastre din trecut, deopotrivă conștiente și inconștiente.

Gândurile pe care le cultivăm reprezintă materialele din care ne construim casa minții.

Secretul Puterii rezidă în recunoașterea omniprezenței omnipotenței.

Întreaga viață și întreaga putere își au originea în interiorul nostru.

Amplificarea puterii de care dispunem depinde de folosirea corectă a acesteia.

Exercițiu

Intră în camera ta de meditație și ocupă-ți poziția favorită. În continuare, gândește-te la un loc care îți evocă o amintire plăcută. Vizualizează cât mai complet acest loc: clădirile, terenul, copacii, prietenii etc. La început vei constata că prin minte îți trec cele mai variate gânduri, mai puțin cele asociate cu imaginea asupra căreia ți-ai propus să te concentrezi. Nu te lăsa însă descurajat. Perseverența are întotdeauna câștig de cauză, dar ea presupune să practici zilnic aceste exerciții, fără nicio abatere.

„Cuvântul s-a făcut trup.”

„Mintea, care penetrează corpul, este în mare măsură rezultatul eredității. La rândul ei, aceasta este consecința mediului în care au trăit generațiile trecute și a influenței acestuia asupra forțelor vieții.”

Ereditatea influențează foarte multe din caracteristicile și trăsăturile noastre de bază. Acest lucru este foarte evident în ceea ce privește caracteristicile fizice, cum ar fi culoarea ochilor sau a

părului. Ereditatea merge însă mult mai departe, influențându-ne inclusiv anumite caracteristici psihice şi mentale, cum ar fi afilierea politică, fumatul şi băutul, felul în care mergem etc. Aceste caracteristici ne sunt transmise prin influențele părinților noştri (sau ale celor care ne-au crescut) asupra noastră, încă de la naştere (şi chiar înainte de a ne naşte, căci fetuşii recepteazā vibrațiile şi impresiile produse asupra lor de părinți atât timp cât se află în pântecul matern). Aceste impresii reprezintă temelia pe care este construită viața noastră mentală.

Noi continuăm să receptăm astfel de impresii întreaga noastră viață. Astfel, suntem influențați de casa în care am crescut şi de căminul pe care ni l-am întemeiat, de afacerea noastră şi de mediul social, din care receptăm opiniile, sugestiile şi afirmațiile celor din jur.

Noi suntem rezultatul gândurilor noastre trecute, iar viitorul nostru este rezultatul gândurilor noastre din prezent. Legea Atracției ne oferă întotdeauna „ceea ce merităm (ne aparține de drept)."

Dacă un copil se naşte într-o familie de alcoolici şi creşte văzându-şi zilnic părinții consumând alcool, el are toate şansele să ajungă la rândul lui un alcoolic. La fel se petrec lucrurile în toate domeniile vieții. Spre exemplu, un copil născut într-o familie de republicani va tinde să aibă când va fi mare aceeaşi afiliere politică. Un copil născut din părinți din clasa mijlocie va tinde să rămână în aceeaşi clasă când va deveni adult. Un copil născut din părinți cinstiți şi oneşti va tinde să devină la rândul lui astfel. Dacă vei privi în jurul tău, vei constata că aceste tendințe moştenite din copilărie se regăsesc foarte frecvent la adulți.

De ce se întâmplă acest lucru? Atunci când percepem aceeaşi realitate în mod repetat, noi sfârşim prin a o considera adevărată (nu bună sau rea, căci subconştientul nu judecă în aceşti termeni; el nu face altceva decât să acumuleze). Subconştientul transmite apoi impresiile adoptate sistemului nervos simpatic, care le integrează în corpul fizic.

Unul din primele cuvinte pe care le învață copiii mici este: „nu". În aceste condiții, nu este de mirare că mai târziu, când își doresc să facă ceva, primul gând care le trece prin minte este: „Nu (se poate)". Cuvântul „nu" a devenit atât de profund impregnat în conștiința lor încât tinde să devină prima lor reacție în fața oricărei idei noi, indiferent dacă aceasta este adevărată sau nu.

Frază cheie



Sursa întregii vieți și a întregii puteri se află în interiorul nostru. Persoanele, circumstanțele și evenimentele exterioare ne pot sugera anumite nevoi și oportunități, dar perspectiva, puterea și viziunea care ne permit să răspundem acestor nevoi se află întotdeauna în interiorul nostru.

Practicarea exercițiului

Scopul exercițiului din această săptămână este concentrarea minții asupra unor gânduri pozitive. Fiecare nou exercițiu ne învață să ne controlăm mai bine, deopotrivă la nivel fizic și mental. Așa cum am văzut, nu este deloc ușor să ne menținem copul nemișcat. Este încă și mai dificil să ne menținem mintea liniștită, dar cea mai dificilă este direcționarea și focalizarea gândurilor noastre asupra scopurilor pe care ni le propunem. Exercițiul din această săptămână îți va demonstra acest lucru.

Cu toate acestea, îți garantăm că poți reuși. Exercițiul din această săptămână îți propune să vizualizezi un loc care îți trezește amintiri plăcute, cu toate detaliile (clădiri, prieteni etc.), astfel încât imaginea creată să te facă fericit. Spre exemplu, îți poți imagina că o familie de prieteni foarte buni se adună acasă la tine. Pentru ca exercițiul să se încheie cu succes, trebuie ca imaginea mentală pe care ți-o formezi să fie cât mai completă. În acest scop, practică

până când ajungi să vizualizezi fiecare detaliu, să simți fiecare miros, să auzi fiecare sunet şi să simți fiecare atingere.

O metodă ajutătoare constă în a descrie în scris scena pe care îți propui să o vizualizezi. Scrisul activează memoria şi focalizează mai bine mintea, împiedicând-o să rătăcească pe coclauri.

Locul care îmi trezeşte amintiri plăcute este...

Un nou citat din Haanel

Negustorul care nu îşi vinde mărfurile nu mai poate achiziționa alte mărfuri. Corporația care nu oferă servicii de calitate rămâne fără clienți; la fel şi avocatul care nu obține rezultate prin eforturile sale. La fel se petrec lucrurile în toate domeniile vieții. Puterea depinde de folosirea corectă a puterii de care dispui deja. De vreme ce acest mecanism este valabil în toate domeniile vieții, el este cu siguranță valabil şi în ceea ce priveşte puterea supremă, din care se trag toate celelalte puteri, şi anume puterea spirituală. Ce mai rămâne dacă privezi un lucru de spiritul lui? Nimic.

„Relația şi conexiunea nu există undeva, cândva,
ci pretutindeni şi întotdeauna."

– Emerson

Săptămâna a șasea

Creierul omului

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A ȘASEA

Am privilegiul să îți prezint în continuare principiile care trebuie înțelese și aplicate în cea de-a șasea săptămână de practică. Aceste principii îți vor explica unul dintre cele mai fabuloase mecanisme care au fost create vreodată. Cu ajutorul acestui mecanism, tu vei putea crea în viața ta o stare de sănătate perfectă, putere, succes, prosperitate și orice altceva îți dorești. Necesitățile nu sunt altceva decât cerințe. Cerințele dau naștere acțiunii, iar acțiunea generează rezultate. Procesul evoluției construiește constant ziua de mâine pornind de la ziua de astăzi. Ca și dezvoltarea universală, dezvoltarea individuală trebuie să fie graduală, amplificându-și în permanență capacitatea și volumul.

Dacă încălcăm drepturile altei persoane, noi devenim un fel de mărăcini morali care se agață de fiecare cotitură a drumului. Pornind de la această premisă, nu putem decât să tragem concluzia că succesul depinde de ideea morală cea mai înaltă, care sună astfel: „Fă binele suprem unui număr cât mai mare de oameni."

Aspirația, dorința și relațiile armonioase întreținute constant conduc automat la rezultate favorabile. Cel mai mare obstacol în calea succesului îl reprezintă ideile greșite și fixe.

Pentru a intra în rezonanță cu adevărul etern, noi trebuie să fim echilibrați și armonioși în interiorul nostru. Pentru a putea sesiza inteligența, receptorul trebuie să fie la unison cu transmițătorul.

Gândul este un produs al Minții, iar Mintea este creatoare. Desigur, asta nu înseamnă că Principiul Universal își va schimba modul de operare numai pentru a corespunde ideilor noastre. Noi putem intra totuși într-o relație armonioasă cu Principiul Universal, după care îi putem cere orice dorim, în măsura în care dorințele noastre nu contravin planurilor sale.

Principalele principii care trebuie înțelese

Căldura, lumina, puterea şi muzica sunt câteva din efectele pe care le produce electricitatea.

Aceste efecte depind de mecanismul prin care se manifestă ea.

Rezultatul acțiunii şi interacțiunii, respectiv al minții individuale asupra celei universale, sunt condițiile şi experiențele cu care ne confruntăm.

Aceste condiții pot fi schimbate prin modificarea mecanismului prin care Principiul Universal se diferențiază în formă.

Acest mecanism este creierul.

Creierul poate fi modificat prin procesul de gândire. Gândurile produc celule cerebrale, iar aceste celule reacționează la gândurile corespondente din Principiul Universal.

Puterea de concentrare este cea mai înaltă realizare personală care poate fi atinsă. Ea reprezintă caracteristica ce îi distinge pe oamenii de succes de cei care nu au succes.

Puterea de concentrare poate fi dobândită prin practicarea riguroasă a exercițiilor prezentate în cadrul acestui sistem.

Este foarte important să dobândim o mare putere de concentrare, întrucât aceasta ne va permite să ne controlăm gândurile, şi cum gândurile reprezintă cauzele, în mod evident condițiile exterioare trebuie să reprezinte efectele. Dacă vom reuşi să controlăm cauzele, vom putea controla şi efectele.

Omul care învață metodele gândirii constructive poate schimba condițiile exterioare şi îşi poate amplifica rezultatele în lumea obiectivă.

Exerciţiu

Pentru a-ţi cultiva puterea atenţiei, ia cu tine în camera de meditaţie o fotografie. Aşează-te în poziţia obişnuită şi examinează fotografia timp de cel puţin zece minute. Observă expresia ochilor, forma trăsăturilor, hainele persoanei, felul în care îi stă părul, pe scurt, toate detaliile prezente în fotografie. În continuare, închide ochii şi încearcă să vizualizezi mental imaginea din ea. Dacă poţi vedea această imagine ca şi cum ai avea ochii deschişi, în toate detaliile, te poţi felicita. Dacă nu, continuă să practici exerciţiul până când reuşeşti.

Acest exerciţiu nu face decât să pregătească solul. În exerciţiul de săptămâna viitoare vei învăţa cum să însămânţezi acest sol.

Scopul acestor exerciţii este de a te pregăti pentru controlul stărilor tale de spirit, al atitudinilor tale mentale şi al conştiinţei tale.

Dacă apucă să se dilate, încorporând o nouă idee, mintea omului nu mai revine niciodată la dimensiunile ei iniţiale.

– Oliver Wendell Holmes

Omul a realizat lucruri aparent imposibile tocmai pentru că a refuzat să creadă că ele sunt imposibile. Prin puterea lor de concentrare, oamenii au stabilit o conexiune între finit şi infinit, între limitat şi nelimitat, între vizibil şi invizibil, între personal şi impersonal.

– Charles F. Haanel, *Arcana Realizării*

Dinamul mental

Sistemul nervos este un sistem electric. Sursa lui de putere este mintea, iar curenții electrici trec prin coloana vertebrală și prin nervi. Fiecare gând generează o activitate în celulele creierului. Dacă este suficient de concentrat și de rafinat, gândul se poate exprima perfect.

În aceste condiții, cheia realizării dorințelor noastre este dezvoltarea dinamului mental astfel încât acesta să capete o putere de focalizare la fel de intensă ca un laser. **Noi trebuie să ne dezvoltăm și să ne exersăm puterea de concentrare.**

Focalizarea și concentrarea reprezintă cele mai importante caracteristici ale oamenilor de succes. Există nenumărați oameni extrem de inteligenți, dar care nu obțin realizări importante. După cum spunea Calvin Coolidge:

> Nimic pe lume nu poate înlocui perseverența. Talentul nu o poate înlocui, dovadă că există nenumărați oameni înzestrați cu talent, dar care nu au succes. Geniul nu o poate înlocui; geniul nerecunoscut a devenit aproape proverbial. Educația nu o poate înlocui; lumea este plină de ratați educați. Singurele virtuți omnipotente sunt perseverența și determinarea. Singurul slogan care a rezolvat întotdeauna problemele rasei umane este: „Insistă!"

Larry Ellison, președintele miliardar al consiliului de administrație al companiei Oracle, a spus despre Bill Gates: „Bill Gates ar vrea ca oamenii să creadă că este un fel de Edison, dar de fapt el este un alt Rockefeller. Ar fi incorect să îl considerăm pe Gates unul dintre cei mai inteligenți oameni din America... Bogăția nu are nimic de-a face cu inteligența." În schimb, toată lumea știe că Bill Gates știe foarte bine ce vrea și are o focalizare fantastică atunci când își propune ceva.

Putem pune problema şi altfel: în cazul în care concentrăm razele soarelui printr-o lupă, noi putem aprinde un foc. Dacă razele soarelui nu sunt focalizate nu se întâmplă nimic. La fel se petrec lucrurile şi cu mintea umană. Dacă puterea ei este disipată între o mie de gânduri aleatorii, ea nu va genera rezultate semnificative. În schimb, dacă se concentrează asupra aceluiaşi scop pe o anumită durată de timp, nimic nu mai este imposibil pentru ea.

Frază cheie



Cunoaşterea este urmată de creştere; inspirația este urmată de acțiune; percepția este urmată de oportunitate. Principiul spiritual este întotdeauna primul, generând transformări în lumea infinită şi posibilități nelimitate ale realizării.

Practicarea exercițiului

Toate exercițiile prezentate în *Sistemul Maestrului* au drept scop întărirea minții, care este sursa gândurilor, şi deci a puterii noastre. De aceea, ele trebuie practicate cu perseverență, până când sunt duse la perfecțiune.

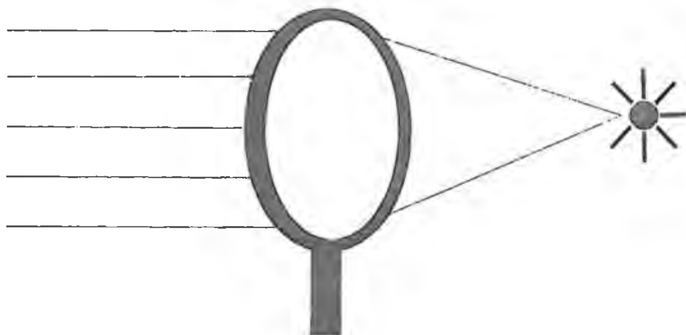
Exercițiul din această săptămână are rolul de a întări puterea de concentrare, şi implicit focalizarea interioară. Cu cât această calitate devine mai puternică, cu atât mai receptivi devenim noi la ideile care ne bombardează mintea în fiecare zi.

Cum se face că un adolescent nu are nicio problemă în a memora versurile cântecului său preferat, dar nu-şi poate aminti decât cu mare dificultate un poem sau un text istoric învățat?

Răspunsul ține de relaxare. Când ascultă muzica sa preferată, tânărul este perfect relaxat (deopotrivă fizic şi mental), devenind astfel mult mai receptiv la impulsurile din afară. Dacă i se cere să memoreze un poem sau un text, el devine tensionat, iar impulsurile exterioare nu pătrund decât cu mare dificultate în mintea sa.

Sperăm că ai învățat deja să te relaxezi din punct de vedere fizic şi mental, abandonându-te în fața curgerii energiei universale. De aceea, atunci când practici acest exercițiu, relaxează-te.

Focalizare = Putere



Săptămâna a șaptea

Utilizarea puterii omnipotente

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A ŞAPTEA

De-a lungul întregii sale istorii, omul a crezut într-o putere invizibilă, care a permis crearea şi recrearea tuturor lucrurilor.

Noi putem personaliza această putere, numind-o Dumnezeu, sau o putem privi ca pe o esenţă, ca pe un spirit care penetrează întreaga realitate. În ambele cazuri, efectul este acelaşi.

Din perspectiva individului, principiul personal este cel obiectiv, fizic şi vizibil, care poate fi cunoscut cu ajutorul simţurilor. Acest principiu personal este alcătuit dintr-un corp, un creier şi un sistem nervos. Principiul subiectiv este prin excelenţă spiritual, invizibil şi impersonal.

Principiul personal este conştient, tocmai pentru că reprezintă o entitate personală. Având aceeaşi natură şi aceeaşi calitate ca orice altă fiinţă, principiul impersonal nu este conştient de sine, motiv pentru care a fost denumit subconştient.

Principiul personal sau conştient are o putere a voinţei şi capacitatea de a alege. De aceea, el poate discrimina în alegerea metodelor prin care îşi poate rezolva dificultăţile.

Fiind una cu sursa şi cu originea tuturor puterilor, principiul impersonal sau spiritual nu dispune de o asemenea capacitate de a alege. În schimb, el are la dispoziţie resurse infinite, putând genera rezultate prin metode pe care mintea umană individuală nu şi le poate nici măcar imagina.

După cum putem vedea, omul dispune de privilegiul de a depinde de voinţa sa, cu toate limitările şi înţelegerile ei greşite, dar şi pe acela de a utiliza potenţialul infinit prin apelarea la mintea sa subconştientă. Aceasta este explicaţia ştiinţifică a minunatei puteri care i-a fost pusă la dispoziţie omului, cu singura condiţie ca acesta să o înţeleagă, să o aprecieze şi să o recunoască.

Voi indica în capitolul de faţă una din metodele prin care această putere omnipotentă poate fi utilizată. Sunt onorat să îţi transmit în continuare această metodă.

Principalele principii care trebuie înțelese

Vizualizarea este procesul de producere a imaginilor mentale.

Rezultatul acestei metode de gândire este următorul: prin susținerea unei imagini mentale, noi atragem în viața noastră lucrul respectiv. În acest fel, noi putem deveni ceea ce ne dorim să fim.

Idealizarea este un proces de vizualizare a planurilor pe care ne dorim să le vedem materializate în lumea noastră obiectivă.

Claritatea mentală este necesară deoarece „vizualizarea" generează „sentimentele", iar acestea generează „realitatea". La început se manifestă principiul mental, apoi cel emoțional, iar la sfârșit apar posibilitățile nelimitate ale realizării.

Orice acțiune repetată face ca imaginea mentală să devină din ce în ce mai clară.

Materialele de construcție ale imaginilor mentale sunt asigurate de milioanele de muncitori mentali numiți celule cerebrale.

Condițiile necesare pentru a materializa o idee în lumea obiectivă sunt asigurate de Legea Atracției. Aceasta este legea naturală care atrage în viața noastră toate condițiile exterioare și toate experiențele.

Cei trei pași necesari pentru a pune în mișcare această lege sunt: 1) dorința arzătoare; 2) așteptarea plină de încredere; și 3) cererea fermă.

Foarte mulți oameni dau greș pentru că se concentrează asupra lipsurilor, bolilor și dezastrelor. Legea operează perfect inclusiv în cazul lor; ei atrag în viața lor lucrurile de care se tem și asupra cărora se concentrează.

Alternativa constă în a te concentra asupra realității pe care dorești să o vezi manifestată în viața ta.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, vizualizează-ți un prieten. Vizualizează-l exact aşa cum l-ai văzut ultima oară: camera în care v-ați aflat, mobila din ea, conversația pe care ați avut-o. În continuare, concentrează-te asupra feței sale. Urmăreşte să o vizualizezi cât mai precis. Vorbeşte-i apoi despre un subiect de interes comun; vezi cum se schimbă expresia feței sale, cum îți zâmbeşte. Poți face acest lucru? Sigur că poți. În continuare, trezeşte-i interesul. Povesteşte-i o aventură. Vezi lumina care i se aprinde în ochi, pasiunea sau amuzamentul din priviri. Poți face toate aceste lucruri? Dacă da, înseamnă că dispui de o imaginație bogată şi că progresezi într-un ritm excelent.

Gândeşte la scară MARE

În cartea sa, *Arta negocierii,* Donald Trump spune:

> Îmi place să gândesc la scară mare. Întotdeauna am procedat aşa. Din punctul meu de vedere este foarte simplu: dacă tot gândeşti, de ce să nu o faci la scară mare? Marea majoritate a oamenilor gândesc la scară mică, întrucât se tem de succes, să tem să ia decizii, se tem să câştige. Acest lucru le oferă oamenilor ca mine un mare avantaj... Unul din secretele gândirii la scară mare este focalizarea totală. Personal, îmi place să compar această focalizare cu o nevroză controlată. Am observat această calitate la foarte mulți întreprinzători de succes. Ei devin obsedați de ceea ce îşi pun în minte, aproape maniaci, dar îşi focalizează întreaga energie mentală asupra obiectivelor pe care şi le propun.

Transformă-ţi idealul în realitate

Imaginile mentale sunt matriţa care îţi modelează viitorul. Vizualizarea este procesul care permite crearea acestor imagini mentale. Cu cât aceste imagini sunt mai clare şi mai detaliate, cu atât mai aproape de tine ajunge realitatea care le corespunde.

Cei trei paşi ai vizualizării sunt:

1. Idealizarea

Imaginează-ţi ceea ce îţi doreşti, exact aşa cum îţi doreşti acest lucru. Niciun zidar nu va aşeza vreodată o cărămidă dacă nu are mai întâi un plan de construcţie, la fel cum niciun scriitor nu va scrie vreodată un rând dacă nu are mai întâi un scenariu mental al poveştii pe care doreşte să o scrie. Înainte de a planta o sământă, este bine să ştii ce fel de fructe va produce aceasta.

2. Vizualizarea

Vizualizează imaginea mentală creată în cât mai multe detalii. Gândul conduce la acţiune; acţiunea conduce la găsirea metodelor cele mai potrivite; metodele atrag prieteni; iar prietenii generează circumstanţele.

3. Materializarea

Ceea ce îţi doreşti se materializează în viaţa ta.

Frază cheie



Legea face ca gândul să se materializeze în formă. Numai cel care ştie să fie creatorul divin al propriilor sale gânduri poate ocupa locul Maestrului şi poate vorbi cu autoritate.

Lucrul cu vizualizarea

Aşa cum a devenit deja evident, exerciţiile recomandate de Haanel au scopul de a întări mintea pentru ca aceasta să devină dinamul vizualizării dorinţelor noastre, reprimând în acelaşi timp toate gândurile legate de ceea ce nu ne dorim.

Pentru a vizualiza este nevoie să îţi foloseşti anumiţi muşchi mentali pe care poate că până acum nu i-ai folosit niciodată, sau pe care i-ai folosit incorect, ori parţial. Unii oameni aplică foarte uşor vizualizarea, în timp ce alţii au dificultăţi. De regulă, stângacii aplică cel mai uşor vizualizarea. De ce? Deoarece au emisfera dreaptă a creierului (care controlează mâna stângă, dar şi imaginaţia, vizualizarea etc.) mai dezvoltată.

Creierul are două emisfere cerebrale. Cea dreaptă este sediul creativităţii, al imaginilor mentale şi al sentimentelor. Cea stângă este sediul gândirii logice, al deducţiei şi al limbajului.

Pentru a-ţi vizualiza mai uşor prietenul, începe prin a-i face un portret în scris, dar încearcă să scrii cu mâna nedominantă. Astfel, dacă eşti dreptaci, scrie cu mâna stângă, iar dacă eşti stângaci, scrie cu mâna dreaptă. În acest fel, îţi vei exersa acea emisferă cerebrală de care nu te foloseşti suficient de mult. Ideal ar fi să devii ambidextru, dar acest lucru nu este neapărat necesar. Totuşi, dacă poţi, fă-ţi timp de două ori pe lună pentru a scrie cu mâna nedominantă, astfel încât să atingi un nivel decent de competenţă în scrisul cu această mână.

Prietenul meu este... (scrie cu mâna nedominantă!)

Fii pregătit să acţionezi atunci când vine vremea.
– Charles F. Haanel, *Sistemul Maestrului*

Săptămâna a opta

Gândurile şi rezultatele lor

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A OPTA

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese şi aplicate în săptămâna a opta de practică. În această secțiune vei descoperi că tu îți poți alege liber gândurile, dar rezultatul acestora este guvernat de o lege imuabilă! Nu ți se pare acesta un mecanism minunat? Nu ți se pare fantastic să ştii că viața noastră nu este supusă capriciilor sorții sau altor variabile necunoscute? Că ea este guvernată în întregime de lege? Această stabilitate reprezintă cea mai bună oportunitate pentru noi, întrucât ne putem folosi chiar de lege pentru a atrage în viața noastră efectele dorite, cu o precizie imuabilă.

Universul îşi păstrează marea sa armonie numai datorită legii. Dacă nu ar exista această lege, el ar fi un Haos, nu un Cosmos.

Acesta este secretul originii binelui şi răului. Nu a existat şi nu va exista vreodată un alt bine şi un alt rău decât cele pe care ni le producem singuri.

Îngăduie-mi să îți dau un exemplu: gândurile conduc la acțiuni. Dacă gândurile tale sunt constructive şi armonioase, rezultatele de care te vei bucura vor fi benefice. Dacă gândurile tale sunt distructive şi dizarmonioase, rezultatele obținute vor fi negative.

Nu există decât o singură lege, un singur principiu, o singură cauză şi o singură Sursă de Putere. Binele şi răul nu sunt decât cuvinte menite să descrie rezultatele acțiunilor noastre, în funcție de respectarea sau de nerespectarea legii.

Importanța acestei afirmații este perfect ilustrată de viețile lui Emerson[1] şi Carlyle[2]. Emerson a iubit binele, iar viața lui a fost o veritabilă simfonie a păcii şi armoniei. Carlyle a urât răul, iar viața

1 Ralph Waldo Emerson (1803-1882) a fost un vizionar care a militat pentru gândirea independentă. Concepția sa de viață a fost adeseori diametral opusă celei a lui Carlyle. (n. tr.)

2 Thomas Carlyle (1795-1881) a fost un autor de lucrări istorice, precum *Revoluția franceză,* dar şi al unor tratate economice, precum *Cartismul.* (n. tr.)

lui a fost o luptă continuă şi o suită neîntreruptă de conflicte şi de dizarmonii.

Avem aşadar de-a face cu doi oameni mari, care şi-au propus să atingă acelaşi ideal. Unul s-a folosit însă în acest scop de o gândire constructivă, punându-se astfel la unison cu legea naturală, iar celălalt s-a folosit de o gândire distructivă, care a atras în viaţa lui numai conflicte.

Concluzia este evidentă: noi nu trebuie să urâm nimic, nici măcar „răul", căci ura este distructivă în sine. „Cine seamănă vânt culege furtună."

Principalele principii care trebuie înţelese

Imaginaţia este o formă a gândirii constructive. Ea este lumina care ne permite să pătrundem în noi lumi ale gândirii şi experienţei, instrumentul atotputernic cu ajutorul căruia toţi inventatorii şi descoperitorii creează cărări noi, nebătătorite.

Cultivarea imaginaţiei conduce la dezvoltarea idealului din care se va naşte viitorul nostru.

Imaginaţia poate fi cultivată prin exerciţiu. Ea trebuie însă hrănită în permanenţă; în caz contrar, nu va supravieţui.

Reveria diurnă este o simplă risipă a energiei mentale, în timp ce imaginaţia este o formă a gândirii constructive ce precede orice acţiune benefică.

Greşelile sunt rezultatul ignoranţei.

Cunoaşterea este rezultatul capacităţii omului de a gândi.

Mintea este forţa veşnic activă care le permite oamenilor de succes să atragă persoanele şi circumstanţele necesare pentru a-şi îndeplini planurile.

O idee asupra căreia mintea se focalizează ferm atrage condiţiile necesare pentru împlinirea ei.

Observarea analitică profundă conduce la dezvoltarea imaginației, a perspectivei, a percepției și a inteligenței.

La rândul lor, aceste trăsături conduc la bogăție și armonie.

Exercițiu

Săptămâna trecută ți s-a cerut să creezi o imagine mentală, aducând-o astfel din lumea invizibilă în cea vizibilă. În această săptămână îți propunem să iei un obiect și să îl urmezi până la originea lui, pentru a-i înțelege astfel mai bine esența. Dacă vei face acest lucru, îți vei dezvolta imaginația, perspectiva, percepția și inteligența. Aceste trăsături nu apar prin observarea superficială a multitudinii, ci prin observarea analitică profundă care percepe dincolo de suprafața lucrurilor.

Asumă-ți poziția de meditație și vizualizează o navă de război. Percepe monstrul de metal plutind deasupra apei. La prima vedere, pe el nu pare să existe niciun fel de viață. Totul este tăcut, dar tu știi că cea mai mare parte a navei se află sub apă, fiind invizibilă. Mărimea și greutatea ei echivalează cu cele ale unui zgârie-nori cu 20 de etaje. În interiorul navei se ascund sute de oameni, gata să își îndeplinească pe loc îndatoririle. Fiecare departament al navei este condus de un ofițer capabil și bine antrenat, care și-a dovedit din plin competența pentru a prelua comanda asupra departamentului respectiv. Deși la prima vedere nava pare pustie și goală, tu știi foarte bine că oamenii ascunși în ea pot vedea totul pe o rază de câțiva kilometri în jur și că nimic nu scapă privirii lor atente. Deși nava pare liniștită și inocentă, ea este pregătită să lanseze oricând proiectile grele din oțel, care pot anihila dușmanul aflat la kilometri depărtare. Nu este foarte greu să te gândești la toate aceste informații. Pune-ți apoi problema construirii navei. Dacă ești un observator atent este important să cunoști și să înțelegi acest aspect.

Gândește-te la marile plăci din oțel și du-te cu gândul la oțelării și la miile de oameni care lucrează în ele. Mergi chiar mai departe și vizualizează extragerea minereului de fier din mine, încărcarea

lui pe barje sau în vagoane, topirea şi tratarea lui în uzinele metalurgice. Mergi apoi mai departe şi gândeşte-te la arhitectul şi la inginerii care au proiectat nava. Întreabă-te de ce au făcut ei acest lucru. Dintr-odată, nava de război devine un obiect intangibil. Ea nu mai există, nefiind altceva decât o idee în mintea unui arhitect. Cine i-a dat însă acestuia comanda de a proiecta nava? Cel mai probabil Secretarul de Război, dar nava a fost planificată cu mult timp înainte de izbucnirea războiului, iar Congresul a trebuit să aprobe bugetul necesar pentru construirea ei. Pe cine reprezintă aceşti congresmeni? Pe tine şi pe mine. După cum poţi constata, şirul gândurilor tale a început cu nava de război şi s-a terminat cu tine însuţi. În ultimă instanţă, propriile noastre gânduri sunt responsabile pentru construirea acestei nave şi pentru foarte multe alte lucruri la care ne gândim arareori. Dar cel mai important lucru al acestui raţionament este că dacă cineva nu ar fi descoperit legea ce permite plăcilor imense de oţel să plutească deasupra apei, în loc să se ducă la fund, nava nu ar fi putut fi construită niciodată.

Această lege spune că „gravitaţia specifică a unei substanţe este egală cu greutatea volumului ei comparat cu un volum egal de apă". Descoperirea acestei legi a revoluţionat navigaţia, comerţul şi industria de război, permiţând, printre altele, construirea acestei nave.

Astfel de exerciţii sunt nepreţuite. Când gândirea este antrenată să privească dincolo de suprafaţa lucrurilor, totul pare dintr-odată diferit. Lucrurile aparent insignifiante devin semnificative, cele neinteresante devin interesante, iar cele care nu par să aibă nicio importanţă devin singurele lucruri cu adevărat importante din viaţă.

Frază cheie



Precedentul a spus: „Acest lucru nu poate fi făcut."
Experienţa i-a răspuns: „S-a făcut deja."

Povestea vieții tale

Imaginează-ți că ai murit, după ce ți-ai trăit viața pe care ți-ai dorit-o. Ai avut o viață plină de succese și ți-ai îndeplinit toate dorințele pământești. Cineva îți scrie necrologul. Ce spune acesta?

Notează în scris necrologul, exact așa cum ți-ai dori să sune acesta în realitate. Nu lăsa nimic deoparte. Vorbește despre caracterul tău, despre realizările tale, despre viața ta familială, despre experiențele tale și despre orice alt subiect legat de viața ta, care ai dori să fie abordat în necrologul tău. Poți lungi oricât de mult dorești articolul. Dacă ai nevoie de hârtie suplimentară, adaugă oricât de multe pagini dorești la aceasta. Acesta este unul din cele mai importante exerciții care îți sunt recomandate.

Viața trăită de____________________________________

La fel ca Sherlock Holmes

În faimoasele romane polițiste ale lui Sir Arthur Conan Doyle, detectivul Sherlock Holmes folosește o metodă de rezolvare a crimelor numită **deducție.** În esență, deducția este un proces care începe de la rezultat și reconstruiește pas cu pas apariția acestuia, astfel încât să descopere cum a devenit el posibil. Ea necesită cunoaștere, logică, dar mai presus de toate o imaginație bogată. Studierea *Sistemului Realizării* îți permite să îți dezvolți aceste calități, astfel încât să te poți folosi de ele așa cum dorești.

Pornind de la necrologul pe care l-ai scris, aplică metoda deducției și reconstruiește pas cu pas drumul care ți-a permis să

obții rezultatele dorite. De ce tip de cunoaștere ai avea nevoie pentru cutare obiectiv? De câți oameni ai avea nevoie? Câți bani va costa proiectul? Spre exemplu, dacă ai scris că ai devenit președinte al consiliului de administrație al IBM, ai putea deduce că ai făcut cândva cerere de angajare la această companie, după care ai obținut rezultate mai bune decât cele anticipate de angajatorii tăi, întrucât ai fost interesat de ceea ce făceai, că te-ai înscris la școală ca să studiezi lucrurile de care ai avut nevoie pentru a promova și așa mai departe, până când ți-ai atins scopul propus.

Dacă nu știi de ce ai nevoie pentru a-ți atinge un anumit obiectiv, fă cercetări! Du-te la bibliotecă, la librărie, sau intră pe Internet. Vorbește cu oamenii care îți pot răspunde la întrebări. Observă. La urma urmelor, astfel de sfaturi sunt elementare.

Lucrurile de care am nevoie pentru a reuși

I.
1.
2.
3.
4.
5.

II.
1.
2.
3.
4.
5.

III.
1.
2.
3.
4.
5.

Săptămâna a noua

Afirmaţiile şi mintea

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A NOUA

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese și aplicate în cea de-a noua săptămână de practică. În această secțiune vei învăța cum să îți structurezi instrumentele prin care îți poți construi orice realitate dorită.

Dacă dorești să îți schimbi condițiile de viață, trebuie să începi prin a te schimba pe tine însuți. Tu îți poți schimba oricând dorești poftele, dorințele și ambițiile exterioare, dar gândurile tale cele mai intime vor continua să se materializeze la fel ca până atunci; acest lucru este la fel de sigur ca și faptul că dintr-o sămânță va răsări o plantă.

Să spunem că îți dorești să îți schimbi condițiile de viață. Cum poți realiza acest lucru? Răspunsul este cât se poate de simplu: cu ajutorul legii creșterii. Cauzalitatea (legea cauzei și efectului) este la fel de sigură și de imuabilă în lumea invizibilă a gândirii ca și în această lume materială.

Susține ferm în minte condiția dorită; afirm-o ca și cum s-ar fi realizat deja. Valoarea afirmației pozitive este enormă. Prin repetarea ei constantă, ea devine una cu tine. În acest fel, ea te transformă. Altfel spus, tu devii ceea ce îți dorești să fii.

Caracterul omului nu este întâmplător. El este rezultatul efortului său susținut. Dacă ești timid, oscilant, egocentric, excesiv de anxios sau măcinat de gânduri de teamă, amintește-ți că „două lucruri nu pot exista în același spațiu, în același timp". Această axiomă este valabilă inclusiv în lumea mentală și în cea spirituală. De aceea, cel mai bun remediu pentru această situație constă în a înlocui gândurile de teamă, de sărăcie și de limitare cu gânduri de curaj, de bogăție și de încredere în sine.

Cea mai ușoară și mai naturală modalitate de a face acest lucru constă în a alege o afirmație care se potrivește în cazul tău particular. Gândul pozitiv va distruge gândul negativ la fel de sigur cum lumina anihilează întunericul, iar rezultatele finale vor fi la fel de eficiente.

Acțiunea este rezultatul gândirii, iar condițiile exterioare sunt rezultatul acțiunii. De aceea, tu dispui în permanență de instrumentele necesare cu ajutorul cărora îți poți făuri destinul așa cum dorești. Răsplata folosirii lor va fi – în funcție de caz – fie bucuria, fie suferința.

Principalele principii care trebuie înțelese

Acțiunea corectă este premisa esențială a bunăstării.

Gândirea corectă este condiția care precede orice acțiune corectă.

Cunoașterea Adevărului este condiția *sine qua non* a oricărei tranzacții comerciale sau a oricărei relații sociale de succes.

Rezultatul cunoașterii Adevărului este că ne permite să anticipăm corect rezultatul oricărei acțiuni bazate pe o premisă adevărată.

Atunci când la baza acțiunii noastre stă o premisă falsă, noi nu putem anticipa rezultatul ei.

Noi putem cunoaște Adevărul pornind de la premisa că el reprezintă principiul vital al universului, și deci este omniprezent.

Natura Adevărului este spirituală.

Secretul soluției oricărei probleme este aplicarea Adevărului spiritual.

Avantajul metodelor spirituale este că acestea ne stau întotdeauna la dispoziție.

Cele două condiții necesare pentru folosirea metodelor spirituale sunt: recunoașterea omnipotenței puterii spirituale și dorința de a deveni beneficiarul efectelor sale pozitive.

Exercițiu

În această săptămână îți propunem să vizualizezi o plantă. Gândește-te la o floare pe care o preferi și adu-o prin puterea imaginației din lumea invizibilă în cea vizibilă. Plantează sămânța ei minusculă, ud-o, îngrijește-o și plasează ghiveciul într-un loc în care planta să aibă acces la primele raze ale soarelui. Vizualizează încolțirea seminței. Dintr-odată, ea devine o ființă vie, care crește și își caută sigură mijloacele de subzistență. Vizualizează nașterea rădăcinilor care încep să sfredelească solul și amintește-ți că acestea sunt alcătuite din celule vii, care se divizează în permanență, până când ajung de ordinul milioanelor, că fiecare dintre ele este inteligentă, că știe ce vrea și cum să obțină lucrurile de care are nevoie. Vizualizează nașterea tulpinii și creșterea ei ascendentă, până când iese deasupra solului, unde se divide și formează crengi. Observă simetria perfectă a crengilor, apoi nașterea frunzelor și a micilor tije în vârful cărora se formează boboci. Contemplă înflorirea bobocilor și nașterea florii tale preferate. Dacă te vei concentra suficient de puternic, vei putea chiar simți mirosul ei atât de familiar. Savurează legănarea blândă a plantei pe care ai creat-o prin puterea ta mentală în bătaia ușoară a brizei.

Dacă imaginile mentale pe care ți le vei construi vor fi extrem de clare, tu vei putea pătrunde în spiritul lucrurilor. Acestea vor deveni extrem de reale pentru tine. Aceasta este adevărata putere de concentrare. Obiectul ei nu contează. Te poți concentra la fel de bine asupra sănătății tale, asupra florii preferate, asupra unui ideal, asupra unei propuneri complicate de afaceri sau asupra oricărei alte chestiuni.

Mă simt bine în pielea mea

Fă o listă cu tot ceea ce îți place la tine. Notează tot ce dorești în ea, de la faptul că (să zicem) știi să te îmbraci cu

stil şi până la faptul că ai prieteni minunați sau că știi să cânți la pian. Fă chiar acum acest lucru.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Dacă mai ai nevoie de foi, nu ezita să le iei și să îți continui lista!

Când vine vremea de schimbare...

În continuare, fă o listă cu lucrurile pe care ai dori să le schimbi la tine, cum ar fi tendința de a tărăgăna lucrurile, faptul că mănânci prea multe dulciuri sau dificultatea de a înțelege matematica. Întocmește această listă acum.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.

De la negativ la pozitiv

În continuare, ia lista cu lucrurile pe care ai dori să le schimbi şi notează în dreptul fiecăruia dintre ele o afirmaţie care te va ajuta în această direcţie. Spre exemplu, dacă ai scris că doreşti să te laşi de fumat, scrie „Renunţ la fumat." Dacă doreşti să nu mai fii atât de timid, scrie „Sunt deschis şi prietenos."

Reţine: atunci când notezi o afirmaţie, foloseşte întotdeauna timpul prezent. De asemenea, formuleaz-o ca pe o afirmaţie pozitivă. Spre exemplu, nu folosi afirmaţia „Nu voi mai fuma", ci „Renunţ la fumat". La fel, nu scrie „Nu am datorii", ci „Am un surplus de bani" sau „Sunt bogat".

Lista afirmaţiilor mele

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Frază cheie



Cine a învăţat să pună în contact marile adevăruri spirituale cu aspectele mărunte ale vieţii a descoperit secretul soluţionării problemelor sale.

Oare merită să sar peste acest exercițiu?

Probabil că anumitor cititori aceste exerciții li se vor părea repetitive. „De ce trebuie să scriu din nou aceste afirmații?", se vor întreba ei. „Iar trebuie să îmi fac o listă cu scopuri?"

Există un motiv pentru acest lucru. Dacă vei fi atent, vei observa că există anumite diferențe subtile între exerciții. Ele par similare, dar nu sunt întru totul identice. Deși schimbările par insignifiante, ele sunt suficient de semnificative pentru a da naștere unor liste diferite.

Dar cel mai important motiv este că nu îți poți scrie niciodată obiectivele și afirmațiile suficient de mult. Există un numitor comun al tuturor oamenilor de succes:

Cu toții își notează în scris obiectivele!

Un studiu al populației a arătat că 83% din oameni nu au scopuri clar definite. 14% au astfel de scopuri, dar nu le-au notat în scris. Numai 3% din oameni și-au notat scopurile.

Și acum vine partea cea mai interesantă: ***cei 3% care și-au notat scopurile câștigă de zece ori mai mult decât oamenii din grupul celor 83%.*** Mai mult, primii au tendința de a fi mai sănătoși și de a avea căsnicii mai fericite. Morala este că trebuie să îți scrii obiectivele și să le recitești cât mai des!

Notează mai jos obiectivele tale. Descrie-le la timpul prezent și sub forma unor afirmații pozitive. Spre exemplu: „Venitul meu lunar este de 10.000 de dolari"; „Sunt sănătos și puternic", „Sunt directorul regional al companiei pentru care lucrez".

Săptămâna a noua

Obiectivele mele

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Reciteşte zilnic aceste obiective şi repetă-le, la fel cum procedezi cu afirmaţiile.

Săptămâna a zecea

O cauză bine definită

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A ZECEA

Dacă vei înțelege corect principiile descrise în săptămâna a zecea, vei învăța că nimic din ceea ce se întâmplă nu se produce fără o cauză bine definită. Acest lucru te va ajuta să îți definești planurile în acord cu o anumită cunoaştere exactă. Vei învăța cum poți controla orice situație, activând cauzele corespondente (care vor produce efectele dorite). În acest fel, vei putea câştiga întotdeauna. Mai mult, vei şti exact de ce ai câştigat.

Omul obişnuit, care nu înțelege legea cauzalității, este guvernat de emoțiile şi de sentimentele sale. El nu îşi foloseşte mintea decât pentru a-şi justifica acțiunile. De pildă, dacă este un om de afaceri şi dă faliment, el afirmă că a avut ghinion. Dacă îi displace muzica, el afirmă că aceasta este un lux nenecesar. Dacă are o slujbă de birou prost plătită, el afirmă că ar reuşi mai bine în viață dacă ar avea o slujbă în aer liber. Dacă nu are prieteni, el afirmă că personalitatea lui este prea rafinată pentru a fi apreciată de oameni.

Omul obişnuit nu îşi înţelege cu adevărat problemele, întrucât nu realizează că acestea reprezintă simple efecte ale unor cauze precise. De aceea, el încearcă să se consoleze cu explicații şi pretexte. Singurul mod de a gândi pe care îl cunoaşte este cel defensiv.

Pe de altă parte, omul care înţelege că nu există efect fără o cauză bine definită are un mod de a gândi impersonal. El analizează faptele până la consecinţele lor ultime şi urmează poteca adevărului oriunde l-ar conduce aceasta. El percepe foarte clar lucrurile şi operează la nivelul cauzelor, obținând în final efectele dorite. În consecință, întreaga lume îl onorează, îl iubeşte şi îl aprobă.

Principalele principii care trebuie înțelese

Bogăția este rezultatul puterii.

Posesiunile nu au valoare decât în măsura în care conferă putere.

Cunoaşterea legii cauzei şi efectului îi permite omului să îşi planifice viitorul cu curaj şi să îşi execute fără greş planurile.

Viața își are originea în lumea anorganică, dar a devenit posibilă numai prin apariția unei forme vii. Aceasta este singura modalitate.

Gândul este veriga de legătură dintre finit şi infinit. Principiul Universal nu se poate manifesta decât prin intermediul individului.

Cauzalitatea depinde de polaritate. Ea are la bază un circuit. Principiul Universal este polaritatea pozitivă a bateriei vieții, iar individul este polaritatea ei negativă. Cea care formează circuitul este gândirea.

Foarte mulți oameni nu reuşesc să îşi asigure condiții armonioase de viață deoarece nu înțeleg legea. Ei nu trăiesc în polaritatea amintită mai sus, iar circuitul gândirii nu este activat în cazul lor.

Remediul constă în recunoaşterea conştientă a Legii Atracției, cu intenția de a o pune în aplicare în vederea realizării unui obiectiv bine definit.

Rezultatul este corelarea gândurilor cu obiectele lor corespondente şi manifestarea acestora, căci gândurile sunt produse ale omului spiritual, iar spiritul este Principiul Creator al universului.

Exercițiu

În această săptămână alege un spațiu gol pe peretele din fața ta. Trasează mental o linie orizontală neagră cu o lungime de aproximativ 15 centimetri și vizualizeaz-o ca și cum s-ar afla cu adevărat în fața ta. În continuare, trasează mental două linii verticale de o parte și de cealaltă a acestui segment. Trasează apoi o altă linie orizontală care unește cele două linii verticale în partea opusă. Vei obține astfel un pătrat. Urmărește să vezi perfect acest pătrat. Trasează apoi un cerc în interiorul pătratului și plasează un punct în centrul lui. Trage punctul către tine până la o distanță de aproximativ 25 de centimetri. Vei obține astfel un con cu baza în interiorul unui pătrat. În final, modifică culoarea liniilor de la negru la alb, la roșu, la galben.

Dacă poți face acest exercițiu, înseamnă că progresezi admirabil, iar în scurt timp te vei putea concentra asupra oricăror probleme care te preocupă.

„Cunoaște-te pe tine însuți"

Marele filozof Socrate a aflat de motto-ul oracolului din Delphi: „Cunoaște-te pe tine însuți" și l-a pus în aplicare. Semnificația acestui aforism este că nu trebuie să te bazezi numai pe aparențele exterioare, ci trebuie să te cunoști pe tine însuți pentru a afla în ce constă adevărul.

În cartea ei, *Mărimea contează!,* MiMi Paris afirmă același lucru. Ea susține că noi ne mințim în permanență pentru a scăpa de asumarea responsabilității pentru acțiunile noastre. În loc să privim în oglindă și să vedem adevărul, noi preferăm să ne mințim în față, pentru a ne simți bine în ceea ce ne privește. De pildă, în loc să privim o lipsă ca pe o oportunitate pentru a ne îmbunătăți viața, noi preferăm să ne folosim de ea ca de o cârjă, invocând mila celor din jur.

Noi facem parte integrantă din Principiul Universal, iar acesta nu se poate manifesta decât prin noi, dar numai dacă îi permitem. În acest scop, noi trebuie să acționăm la unison cu legile sale. Dacă vom proceda astfel, toate uşile se vor deschide larg în fața noastră, iar noi ne vom putea bucura plenar de abundența universală.

Frază cheie



Abundența este o lege naturală a universului. Dovezile care susțin această concluzie sunt foarte numeroase. Practic, ele pot fi întâlnite la tot pasul. Întreaga natură este luxuriantă. Ea nu face niciodată economie.

Circuitul

Pentru a acționa în concordanță cu legea, omul trebuie să se folosească în mod corect de instrumentele care îi stau la dispoziție. El trebuie să completeze întregul circuit. Principiul Universal este conectat cu individul prin gândire. Atunci când emitem gânduri legate de putere, de bogăție şi de armonie, noi ne încărcăm cu vibrațiile corespondente şi atragem către noi lucrurile pe care ni le dorim.

Gânduri

Dacă gândurile noastre sunt în armonie cu Principiul Creator al naturii şi cu Mintea Infinită, ele dau naştere unui circuit şi nu se întorc niciodată cu mâna goală la cel care le-a emis.

\- Individid

\+ Principiul Universal

Tot ceea ce îţi doreşti se află deja în tine

Aminteşte-ţi de un moment din viaţa ta în care ai avut un succes desăvârşit, în care ai făcut ceva perfect, fiind absolut conştient de acest lucru. Aminteşte-ţi de momentul respectiv, de locul şi de oamenii prezenţi. Aminteşte-ţi dacă a fost zi sau noapte, în ce perioadă a anului a avut loc evenimentul, cum te-ai simţit şi ce ai avut de făcut. Descrie aceste lucruri în câteva paragrafe.

Propune-ţi să înţelegi ce ai făcut atunci pentru a avea acel succes. Cum te-ai simţit? Ce emoţii crezi că au jucat un rol decisiv în atragerea succesului? Ce cunoaştere ai aplicat? Ai muncit din greu sau ţi-ai folosit inteligenţa? Notează în continuare „secretele" succesului tău.

Reţine: tu eşti cel care a făcut acel lucru. Dacă vei înţelege că puterea, fericirea, bucuria şi prosperitatea ta provin întotdeauna din interiorul tău, vei putea recrea acest succes în toate domeniile vieţii tale.

Tigrul din cuşcă

Un maestru şi-a întrebat elevul:

— Ce ţine un tigru în cuşca lui?

Elevul s-a gândit un moment, după care i-a răspuns:

— Tigrul este ţinut în cuşcă de barele acesteia.

Maestrul a clătinat din cap, apoi l-a întrebat din nou:

— Ce ţine un tigru în cuşca lui?

Elevul s-a gândit mai bine, după care i-a răspuns:

— Cu siguranţă, învăţătorule, barele sunt cele care îl ţin pe tigru în cuşca lui.

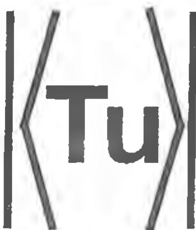
Dar maestrul a clătinat din nou din cap, şi-a privit elevul şi i-a spus:

— Dragul meu, nu barele îl ţin pe tigru în cuşca lui, ci spaţiul dintre ele.



Noi am fost învăţaţi că ne aflăm într-o cuşcă. Ni s-a inoculat convingerea că nu putem face multe lucruri pe care le-am putea face cu uşurinţă.

Gândurile noastre sunt barele cuştii, dar cea care ne ţine de fapt prizonieri este atitudinea noastră.



Săptămâna a unsprezecea

Raţionamentul şi mintea obiectivă

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A UNSPREZECEA

Viața ta este guvernată de lege, adică de anumite principii imuabile, care nu variază niciodată. Legea operează întotdeauna și pe toate planurile. La baza tuturor acțiunilor oamenilor stau anumite legi fixe. Așa se explică cum reușesc oamenii care controlează corporațiile industriale uriașe să determine cu o precizie absolută ce procent dintr-o sută de mii de oameni va reacționa la un anumit set dat de condiții.

Nu trebuie să uităm că deși orice efect este rezultatul unei cauze, el devine la rândul lui o cauză, care va genera alte efecte, ce vor deveni alte cauze. De aceea, atunci când operezi cu legea atracției, nu trebuie să uiți că inițiezi practic un lanț al cauzalităților cu un număr nesfârșit de posibilități. Acestea pot fi deopotrivă bune sau rele, în funcție de intențiile tale.

Mulți oameni ne spun „Mi s-a întâmplat ceva extrem de neplăcut, care nu ar fi putut fi în niciun caz rezultatul gândurilor mele, întrucât nu am cultivat niciodată astfel de gânduri." Acești oameni uită că principiile asemănătoare se atrag întotdeauna, lucru valabil inclusiv pentru gânduri. Așa se face că un gând pe care îl cultivăm se întoarce la noi însoțit de „prieteni" care au aceeași natură ca și el. La rândul lor, aceștia generează schimbări ale mediului și ale circumstanțelor, printre care se numără inclusiv cele de care ajungem să ne plângem.

Principalele principii care trebuie înțelese

Inducția este un proces al minții obiective care compară între ele diferite instanțe separate pentru a afla numitorul comun ce le dă naștere.

Inducția a permis descoperirea legilor naturii, fapt care a marcat un salt decisiv în progresul umanității.

Nevoia, dorința și aspirația induc, călăuzesc și determină acțiunea.

Soluția corectă a oricărei probleme este convingerea că dorința noastră ne-a fost deja îndeplinită. Această convingere este urmată inevitabil de adevărata împlinire a dorinței.

Iisus, Platon și Swedenborg au recomandat insistent această metodă.

Rezultatul folosirii acestei metode mentale este gândirea în planul absolutului și plantarea semințelor minții în solul spiritual. Mai devreme sau mai târziu, acestea vor germina și vor da roade.

Metoda este foarte precisă din punct de vedere științific, întrucât este o lege naturală.

„Credința este substanța lucrurilor pe care ni le dorim, dovada lucrurilor invizibile."

Legea care permite manifestarea lucrurilor în care credem este Legea Atracției.

Ea elimină elementele incertitudinii și hazardului din viața omului, substituindu-le cu rațiuni, legități și certitudini.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, concentrează-te asupra următorului citat din Biblie: „Orice vă doriți, rugați-vă și credeți că ați primit deja lucrul pe care vi-l doriți. În acest fel, îl veți primi."

Remarcă faptul că citatul nu impune nicio limitare lucrurilor dorite. El spune foarte clar: „Orice vă doriți". Rezultă că limitările noastre nu depind decât de incapacitatea noastră de a ne gândi că am primit deja lucrurile pe care ni le dorim, de a accepta oportunitățile care ne sunt oferite şi de a înțelege că adevărata Credință reprezintă o substanță, nu o umbră, „substanța lucrurilor pe care ni le dorim, dovada lucrurilor invizibile".

Călătoria omului pe Lună

În anul 1960 preşedintele american Kennedy a decis ca în următorii zece ani Statele Unite să trimită un om pe Lună. La acea dată, tehnologia necesară îndeplinirii acestui obiectiv nu era încă disponibilă. Cu toate acestea, decizia luată şi credința în posibilitatea îndeplinirii obiectivului propus au generat descoperirile ştiințifice necesare pentru a transpune în practică acest obiectiv. De atunci şi până în prezent, efectele benefice ale acestor descoperiri au continuat să ne transforme viața în bine.

Frază cheie



Noi trebuie să începem prin a crede că dorințele noastre ne-au fost deja îndeplinite. Această credință va fi urmată invitabil de adevărata lor îndeplinire.

Iarăşi o luăm de la capăt cu scopurile!

Mintea subconştientă nu este influențată de timp şi de spațiu. Ea nu poate înțelege decât **momentul prezent.** De aceea, dacă ne-am identificat obiectivele, noi trebuie să le afirmăm şi să le vizualizăm **aici şi acum,** ca şi cum ar fi deja realizate.

Care este scopul?

Stabilirea instrucțiunilor personale care pot conduce la rezultatul final pe care ni-l dorim.

De ce trebuie să ne stabilim scopuri?

Planurile clare conduc la rezultate precise. Gândirea confuză nu generează de regulă rezultate. Fii unul din cei 3%!

De ce trebuie să notăm în scris aceste planuri?

Dacă nu le notăm în scris, obiectivele noastre se pot pierde în noianul de gânduri, de activități și de responsabilități de peste zi. Ceea ce astăzi ni se pare clar ca bună ziua, mâine poate deveni confuz, din cauza nenumăratelor sarcini pe care trebuie să le îndeplinim. Dacă obiectivele pe care ni le propunem nu sunt scrise, amintirea lor poate deveni cețoasă, iar noi putem uita de motivațiile pe care le-am avut la început. Obiectivele scrise servesc drept referință și ne reamintesc în permanență de nevoile, de dorințele și de aspirațiile noastre. Dacă am apucat să notăm în scris ceea ce ne-am propus, știm foarte exact încotro ne îndreptăm și avem tendința să obținem de la viață exact lucrurile pe care ne așteptăm să le primim de la ea.

Scopul obiectivelor este să îți susțină menirea (scopurile pe termen lung) și să îți asigure toate lucrurile de care ai cu adevărat nevoie sau pe care ți le dorești sincer.

Obiective, obiective, obiective

În această secțiune îți propunem să îți faci un fel de „plan al vieții". Notează în scris obiectivele tale pe termen scurt, pe termen mediu și pe termen lung. Chiar dacă ele se vor suprapune, nu ezita să le notezi de fiecare dată. Acest lucru este normal dacă ai o viziune focalizată. Dacă nu dispui încă de o viziune focalizată,

această listă te va ajuta să îţi clarifici perspectiva. Nu uita să îţi notezi obiectivele la timpul prezent, ca şi cum ţi le-ai fi îndeplinit deja.

Obiectivele mele pentru această lună

1.
2.
3.
4.
5.

Obiectivele mele pentru acest an

1.
2.
3.
4.
5.

Obiectivele mele pentru următorii cinci ani

1.
2.
3.
4.
5.

Obiectivele mele pentru întreaga viaţă

1.
2.
3.
4.
5.

Dacă doreşti să lungeşti lista obiectivelor, nu ezita să o faci! În final, notează aceste obiective pe cartonaşe de mărimea unei cărţi poştale şi reciteşte-le zilnic.

Citate din Ralph Waldo Emerson

Atunci când ziua se încheie, termină pentru totdeauna cu ea. Ai făcut tot ce ţi-a stat în puteri. De-a lungul ei s-au strecurat în viaţa ta inclusiv lucruri nedorite sau absurde. Uită de ele. Mânie va fi o nouă zi. Începe-o într-o stare de seninătate şi bună dispoziţie şi nu purta cu tine povara vechilor tale greşeli.

Dacă vei trata pe cineva aşa cum este, el va rămâne aşa cum este. Dacă îl vei trata aşa cum ar putea fi, el va deveni aşa cum ar putea fi.

Oamenii nu văd decât lucrurile pe care sunt pregătiţi să le vadă.

Creaţia a o mie de păduri de stejari depinde de o singură ghindă.

Fă lucrurile de care te temi, şi teama va muri cu siguranţă.

De regulă, oamenii sunt mai atenţi cu banii lor decât cu principiile lor.

Săptămâna a doisprezecea

Puterea concentrării

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A DOISPREZECEA

Urmează descrierea principiilor care trebuie înţelese şi aplicate în săptămâna a doisprezecea. În cel de-al patrulea paragraf vei găsi următoarea afirmaţie: „Tu trebuie mai întâi să obţii cunoaşterea propriei tale puteri. În al doilea rând, ai nevoie de curajul de a îndrăzni, iar în al treilea rând, de credinţa necesară pentru a trece la fapte."

Dacă te vei concentra asupra ideilor indicate mai jos, dacă le vei acorda întreaga ta atenţie, vei descoperi semnificaţii nebănuite în fiecare frază şi vei atrage către tine alte gânduri similare sau aflate în armonie cu ele, care îţi vor permite în scurt timp să înţelegi semnificaţia plenară a cunoaşterii asupra căreia te concentrezi.

Cunoaşterea nu se aplică singură. În calitatea noastră de indivizi, noi suntem cei chemaţi să o aplicăm, iar această aplicare constă în fertilizarea gândirii noastre cu ajutorul unui obiectiv asupra căruia trebuie să o direcţionăm.

Timpul pierdut de oameni şi gândurile lor risipite în toate cele patru zări ar putea face minuni dacă ar fi direcţionate corect în vederea realizării unui obiectiv clar stabilit. Pentru a face acest lucru, forţa mentală trebuie centrată asupra unui gând specific şi trebuie menţinută astfel focalizată, excluzând toate celelalte gânduri. Dacă te-ai uitat vreodată prin camera unui aparat de fotografiat, ai văzut probabil că atunci când acesta nu este focalizat asupra unui obiect, imaginea este neclară şi confuză. În schimb, dacă aparatul este focalizat asupra obiectului, imaginea acestuia devine clară şi distinctă. Acest proces ilustrează perfect puterea concentrării. Dacă nu te vei concentra asupra obiectivului pe care îl ai în vedere, imaginea idealului dorit de tine va fi neclară, vagă, ceţoasă şi indiferentă, iar rezultatele obţinute nu vor diferi cu nimic de această imagine.

Principalele principii care trebuie înțelese

Orice scop în viață poate fi îndeplinit mai bine prin înțelegerea științifică a naturii spirituale a gândurilor.

Cei trei pași esențiali sunt: 1) cunoașterea puterii noastre; 2) curajul de a îndrăzni; și 3) credința de a pune în practică.

Cunoașterea practică este asigurată de înțelegerea legilor naturale.

Răsplata înțelegerii acestor legi este realizarea conștientă a capacității noastre de a ne adapta la principiul divin imuabil.

Gradul în care înțelegem că nu putem schimba infinitul, dar putem coopera cu el, indică gradul de succes pe care îl avem în viață.

Principiul care conferă gândurilor puterea lor dinamică este Legea Atracției, care se bazează pe legea vibrației, la baza căreia stă legea iubirii. Un gând impregnat cu iubire devine invincibil.

Această lege este imuabilă, întrucât este o lege naturală. Toate legile naturale sunt imuabile, iar efectele lor au o precizie matematică. Ele nu se modifică niciodată.

Uneori pare dificil să găsești soluția la o problemă cu care te confrunți, la fel ca atunci când încerci să rezolvi o problemă matematică dificilă. Operatorul este neinformat sau lipit de experiență.

Este imposibil ca mintea să înțeleagă o idee complet nouă, întrucât nu există nicio celulă a creierului care să îi corespundă, și deci capabilă să o recepteze.

La baza înțelepciunii stă concentrarea. Înțelepciunea este un proces al devenirii, nu un dat. Ea derivă întotdeauna din interior.

Exercițiu

Intră în camera ta de meditație, asumă-ți poziția obişnuită şi relaxează-te. Abandonează-te mental şi fizic. Aceasta este premisa tuturor exercițiilor din această carte. Nu încerca niciodată să lucrezi cu mintea ta în condiții de presiune. Urmăreşte să te simți întotdeauna confortabil, fără niciun fel de tensiuni musculare sau nervoase. În continuare, realizează unitatea ta cu omnipotența. Intră în contact cu puterea ei. Urmăreşte să o înțelegi în profunzime, să o apreciezi şi să înțelegi faptul că puterea ta de a gândi reprezintă capacitatea ta de a acționa la nivelul Minții Universale şi de a manifesta ceea ce îți doreşti. Urmăreşte să realizezi că Mintea Universală îți poate îndeplini orice dorință şi că ai aceeaşi putere creatoare ca orice om care a existat sau care va exista vreodată pe pământ, întrucât cu toții suntem expresii sau manifestări ale aceleiaşi Unități. Cu toții suntem părți ale aceluiaşi ansamblu. Diferența dintre noi şi Principiul Universal nu este una de calitate, ci de grad.

Frază cheie



Lucrurile sunt create în lumea mentală sau spirituală înainte de a fi manifestate în cea materială ca obiecte sau evenimente. De aceea, prin controlul gândurilor noastre în momentul prezent, noi contribuim la crearea evenimentelor care se vor produce în viitor în viața noastră (poate chiar mâine).

Nu ai nimic de scris săptămâna aceasta

În această săptămână îți propunem să te distrezi şi să faci ceva bani punând în aplicare lucrurile pe care le-ai învățat până

acum! La sfârşitul acestui exerciţiu vei fi cu câţiva dolari mai bogat decât la începutul lui. Ce zici? Sună bine? Perfect.

Vizualizează mental o monedă de 25 de cenţi, aşa cum ai fost învăţat. Ai grijă ca imaginea ei să fie cât mai vie şi mai detaliată în mintea ta. Focalizează-te asupra acestei imagini timp de circa 15 minute.

În continuare, vizualizează faptul că vei găsi o astfel de monedă pe stradă. Imaginează-ţi că te plimbi pe stradă şi că găseşti pe jos o monedă de 25 de cenţi, de pildă atunci când îţi scoţi la plimbare câinele sau când dai o fugă până la supermarket.

Când ieşi efectiv la plimbare, uită-te pe jos şi caută o astfel de monedă. Continuă să vizualizezi faptul că o vei găsi.

Cât timp ţi-a luat ca să găseşti moneda?

> În mintea focalizată nu există altceva decât ideea pură sau forma ideală dorită. Această idee acţionează asupra Principiului Universal şi atrage forma corespondentă.
>
> – Charles F. Haanel, *Arcana Realizării*

Săptămâna a treisprezecea

Visele şi visătorii

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A TREISPREZECEA

Știința fizică este responsabilă pentru epoca minunată și plină de invenții în care trăim la ora actuală, dar știința spirituală care începe să se dezvolte acum va aduce beneficii la care noi nici nu visăm.

Până recent, știința spirituală a fost jucăria oamenilor lipsiți de educație, a celor superstițioși și a celor mistici, în timp ce oamenii moderni nu sunt interesați decât de metode clare și de faptele demonstrate.

Noi am ajuns la concluzia că gândirea este un proces spiritual, că viziunea și imaginația preced acțiunea și evenimentele concrete – pe scurt, că a sosit ziua celor care visează. Rândurile care urmează, semnate de domnul Herbert Kaufman, mi se par extrem de interesante în această direcție:

„Ei sunt arhitecții măreției. Viziunea lor sălășluiește în sufletele lor. Ei străpung vălurile și ceața îndoielilor și doboară zidurile timpului nenăscut. Ei își țes tapiseriile lor magice cu ajutorul roților zimțate, al arborilor cotiți și al uneltelor tehnice. Deși construiesc imperii, ei se luptă pentru un ideal mai măreț decât coroana sau tronul suveranului. Casele voastre sunt construite pe tărâmul descoperit de un visător. Imaginile de pe pereții lor sunt viziuni ale sufletelor visătorilor.

Ei sunt acei puțini aleși, deschizătorii de drumuri. Zidurile cad și imperiile se prăbușesc; valurile mării își ies din matcă și mătură o fortăreață din temelii. Națiunile decad și dispar. Singurele lucruri care supraviețuiesc trecerii timpului sunt cele la care visează visătorii".

Principiile descrise în săptămâna a treisprezecea îți vor explica de ce se adeveresc visele visătorilor. Ele vor descrie legea cauzalității, pe care o folosesc toți visătorii, inventatorii, autorii și finanțiștii pentru a-și realiza visele. Altfel spus, ele vor analiza legea care face ca imaginile create în mintea noastră să prindă viață și să se materializeze.

Principalele principii care trebuie înțelese

Metoda prin care filozofii naturii își obțin și își aplică cunoașterea constă în observarea atentă, corectă și răbdătoare a faptelor individuale, inclusiv a instrumentelor și a resurselor care le stau la dispoziție, înainte de a postula o lege naturală.

Noi ne putem asigura că această metodă este corectă nepermițând prejudecăților tiranice să neglijeze sau să modifice faptele obiective care nu corespund viziunii noastre.

Faptele cele mai importante sunt cele pe care nu le putem observa în fiecare zi.

La baza acestui principiu stau rațiunea și experiența.

Acest principiu distruge superstiția, precedentul și convenționalismul.

Aceste legi au fost descoperite prin generalizarea unor fapte rar întâlnite, ciudate, neobișnuite, și reprezintă excepții.

Puterea creatoare a gândurilor noastre stă în mare măsură la baza fenomenelor ciudate și inexplicabile care se petrec.

Atunci când aflăm un anumit lucru, noi putem fi siguri că el este rezultatul unei cauze obiective, care operează cu o precizie imuabilă.

Rezultatul acestei cunoașteri este explicarea cauzei oricărei condiții, fie ea fizică, mentală sau spirituală.

Noi ne urmăm propriul interes atunci când recunoaștem faptul că înțelegerea naturii creatoare a gândurilor ne pune în contact cu puterea infinită.

Exercițiu

Noi ne urmăm cel mai bine interesul prin recunoaşterea Puterii Infinite şi a Înțelepciunii Infinite a Minții Universale, devenind astfel un canal prin care această Minte poate manifesta îndeplinirea dorințelor noastre. Cu alte cuvinte, recunoaşterea conduce la realizare. Acesta este principiul pe care îți propunem să îl pui în aplicare în această săptămână. Recunoaşte faptul că faci parte integrantă din marea Totalitate. Ca atare, natura ta trebuie să fie identică cu cea a Totalității. Singura diferență este una de grad, nu de calitate.

Când acest adevăr îți va pătrunde plenar conştiința, iar tu vei realiza că „eul" sau spiritul tău gânditor (şi nu corpul) face parte integrantă din marea Totalitate, având aceeaşi natură ca şi ea, respectiv că un Creator nu poate crea ceva diferit de sine, vei putea spune şi tu, aşa cum a făcut Iisus, că „Eu şi Tatăl suntem una." Vei înțelege atunci frumusețea, măreția şi oportunitățile transcendente care ți-au fost puse la dispoziție.

Punerea în aplicare a exercițiului

> Atât timp cât curajul însoțeşte ambiția, eşecul nu este altceva decât un succes amânat. Obiceiul perseverenței echivalează cu obişnuința victoriei.
>
> – Herbert Kaufman

Noi nu putem realiza în viață decât lucrurile pe care ni le dorim cu adevărat. *Sistemul Maestrului* ne ajută să ne pregătim mintea şi să învățăm cum funcționează Principiul Universal. Depinde numai de tine cât din această cunoaştere eşti dispus să pui în practică. Este inutil să stai şi să aştepți ca lucrurile dorite să îți cadă în poală. Tu trebuie să bați fierul cât este cald, să acționezi atunci când ți se cere, să recunoşti oportunitățile atunci când îți ies în cale.

Pe căi misterioase...

A plouat multe zile la rând, iar râul a început să dea pe afară. Autoritățile orașului au bătut din poartă în poartă şi le-au cerut oamenilor să își evacueze casele. Ele au ajuns şi la casa lui Stan, un om cu o mare credință în Dumnezeu. Când oficialii i-au cerut lui Stan să vină cu ei, acesta le-a răspuns:

– Voi rămâne aici. Am încredere în Domnul, care mă va proteja.

A continuat să plouă, iar apele au urcat tot mai sus. Ele au ajuns până la primul etaj al casei lui Stan. Niște salvatori au venit cu o barcă și i-au cerut lui Stan să vină cu ei, dar el le-a răspuns:

– Nu este cazul, prieteni! Am încredere în Domnul, care mă va proteja.

Apele au urcat şi mai sus, iar Stan a fost nevoit să se urce pe acoperișul casei pentru a supraviețui. Un elicopter a venit să-l salveze, dar Stan le-a spus celor din el:

– Nu este cazul, prieteni! Am încredere în Domnul, care mă va proteja.

În cele din urmă, Stan s-a înecat. Când a ajuns la porțile raiului, era extrem de furios. El i-a cerut imediat Sfântului Petru să îl conducă la Domnul pentru a i se plânge. Când Domnul i-a apărut în față, el l-a întrebat:

– Stan, ce faci aici?

– Eu ar trebui să te întreb asta, Doamne! i-a răspuns Stan. Am avut mare încredere în tine, dar m-ai lăsat să mă înec!

– Eu te-am lăsat să te îneci!? i-a spus Domnul. Ce vrei să spui? Doar ți-am trimis o echipă de salvare, o barcă și un elicopter!

Frază cheie



Gândul nu poate crea nimic dacă nu este conştient, sistematic şi direcționat într-un mod constructiv. Aceasta este diferența dintre gândurile haotice, care nu reprezintă altceva decât o risipă a energiei mentale, şi cele constructive (focalizate), care pot conduce la realizări infinite.

Priveşte-te în față

Eşti mai bogat cu câteva monede de 25 de cenţi? Ar trebui să fii! Problema pe care ne-o punem aici este următoarea: au existat dintotdeauna acele monede în locul în care le-ai găsit, sau s-au materializat ele din cauza gândurilor tale?

Adevărul este că nu prea contează. Dacă nu observi un anumit lucru, iar la un moment dat realizezi că el se află acolo, este ca şi cum s-ar materializa în fața ta. De bună seamă, el nu se materializează în sensul „magic" al cuvântului, dar devine dintr-odată o realitate vizibilă în lumea ta obiectivă. Altfel spus, tu ţi-ai lărgit percepţia, iar acest lucru ţi-a permis să îl vezi.

Într-un fel, aşa funcţionează Legea Atracţiei. **Pe măsură ce ne orientăm mintea asupra lucrurilor pozitive şi benefice, ochii noştri se deschid din ce în ce mai mult în faţa acestor oportunităţi.** Cine ştie? Poate că ele au existat dintotdeauna! La urma urmelor, de câte ori nu ţi-ai spus că ţi-ai fi dorit să cumperi acţiuni Microsoft în anul 1986?

Ce realitate din viața ta actuală ar putea fi o oportunitate pe care nu o sesizezi? Focalizează-ţi mintea asupra gândurilor de abundență şi asupra conceptului de oportunitate, apoi examinează-ţi viața din această perspectivă. Oare terenul gol pe lângă care treci în

fiecare zi în drum spre serviciu ar putea fi un loc potrivit pentru a construi pe el o stație de benzină? Oare te-ar putea ajuta cutare cunoștință să îți găsești un loc de muncă mai bun și mai bine plătit? Intră în marea tăcere. Cultivă numai gânduri pozitive. Fă o listă cu oportunitățile care se află chiar acum sub nasul tău.

1.
2.
3.
4.
5.

Noi avem dreptul la tot ce poate fi mai bun în viață. Culege fructele direct din copac!

Remediile pe care le atribuim cerului se află întotdeauna înlăuntrul nostru.

– Shakespeare, *Totul e bine când se termină cu bine*

Săptămâna a paisprezecea

Puterea creatoare a gândului

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A PAISPREZECEA

Cred că ți-ai dat seama din studiul tău de până acum că gândirea reprezintă o activitate spirituală înzestrată cu o putere creatoare. Asta nu înseamnă doar că un gând oarecare dispune de o putere creatoare, ci că *toate* gândurile dispun de o astfel de putere. Acest principiu operează inclusiv în varianta sa negativă, prin negare.

Aspectul conștient și cel subconștient reprezintă cele două faze de acțiune ale aceleiași minți. Relația dintre subconștient și mintea conștientă este analoagă cu cea dintre o giruetă de vânt și atmosferă. Așa cum fiecare schimbare a presiunii atmosferice generează o acțiune din partea giruetei, la fel, cel mai mic gând cultivat de mintea conștientă generează în mintea subconștientă o acțiune corespondentă, direct proporțională cu profunzimea emoției care dublează gândul și cu intensitatea focalizării minții asupra acestuia.

Rezultă că prin negarea condițiilor exterioare nesatisfăcătoare, noi putem întrerupe alimentarea cu energie mentală a acestor condiții, smulgându-le astfel din viața noastră de la rădăcină. Lipsite de energia vitală de care beneficiau până recent, aceste condiții mor de moarte bună, dispărând astfel din viața noastră.

Orice manifestare în lumea obiectivă este guvernată însă de legea creșterii. De aceea, negarea condițiilor nesatisfăcătoare nu va conduce la o schimbare instantanee. Chiar și o plantă își păstrează pentru o vreme forma fizică inclusiv după ce rădăcina i-a fost tăiată. Mai devreme sau mai târziu, ea se va ofili însă și va pieri. În mod similar, refuzul de a contempla prin gândurile noastre condițiile exterioare nesatisfăcătoare va pune capăt acestor condiții, gradual, dar absolut sigur.

După cum vei vedea în continuare, acesta este cursul opus celui pe care am fi tentați să îl adoptăm în mod normal. De aceea, și efectele sale vor fi radical opuse celor pe care le-am obține în mod

normal. Marea majoritate a oamenilor se concentrează în mod intenţionat asupra condiţiilor nesatisfăcătoare, alimentându-le astfel cu energie şi cu vitalitate, şi generând implicit creşterea lor viguroasă.

Principalele principii care trebuie înţelese

Sursa înţelepciunii, puterii şi inteligenţei este Mintea Universală.

Mişcarea, lumina, căldura şi culoarea îşi au originea în Energia Universală, care este una din manifestările Minţii Universale.

Puterea creatoare a gândirii îşi are de asemenea originea în Mintea Universală.

Gândul nu este altceva decât mintea aflată în mişcare.

Individul este instrumentul prin care Principiul Universal produce diferite combinaţii ce conduc la formarea fenomenelor.

Puterea de a gândi a individului este sinonimă cu capacitatea sa de a acţiona asupra Principiului Universal şi de a manifesta astfel ceea ce îşi doreşte.

Prima formă pe care o ia Principiul Universal sunt electronii, care umplu întregul spaţiu.

Tot ceea ce există îşi are originea în minte.

Schimbarea gândurilor conduce la schimbarea condiţiilor exterioare.

O atitudine mentală armonioasă generează condiţii exterioare armonioase.

Exerciţiu

În această săptămână concentrează-te asupra principiului armoniei. Când spunem să te concentrezi, ne referim să meditezi

asupra tuturor semnificațiilor acestui cuvânt, concentrându-te atât de profund asupra lor încât să nu mai fii conştient de nimic altceva decât de armonie. Reține: repetiția este mama învățăturii. Simpla lectură a acestor lecții nu te va conduce nicăieri. Valoarea lor constă în aplicarea practică a exercițiilor.

Este nevoie de practică

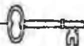
Disciplinarea este motorul realizării. Creativitatea aprinde scânteia, pasiunea ațâță focul, iar disciplinarea îl alimentează atât timp cât este nevoie.

Chiar dacă autodisciplinarea ți se pare plictisitoare, enervantă sau chiar agonizantă, rezultatele pe care le poți obține cu ajutorul ei nu pot fi obținute pe nicio altă cale. Disciplinarea te ajută să îți îndeplineşti chiar şi cele mai incredibile vise. Prin autodisciplinare tu poți da viață potențialului tău cel mai înalt. Cum poți ajunge însă pe acest nivel de disciplinare? Prin cunoaşterea lucrurilor pe care trebuie neapărat să le faci şi ştiind că prin autodisciplinare le poți transpune în fapt. Ce îți spune inima că trebuie să realizezi cu orice preț? Dacă îți vei trăi viața ca pe o misiune, te vei disciplina de la sine.

Dacă sunt aplicate cu perseverență de-a lungul tipului, disciplinarea şi focalizarea te pot conduce la cele mai uimitoare realizări. Care crezi că este menirea ta unică?

– Ralph Marston

Frază cheie



Fă ceea ce ți-e frică să faci.
Du-te acolo unde ți-e frică să mergi.

Practicarea exercițiului

Armonia este starea noastră naturală. Toate celelalte lucruri, cum ar fi bolile, necazurile sau lipsurile, sunt nenaturale. Mulți oameni cred exact opusul acestei afirmații. Ei consideră că este ceva normal să fie imperfecți. „A greşi este omeneşte", repetă ei la infinit. Prin antrenarea minții sale, omul începe să realizeze că starea normală este cea de perfecțiune şi de armonie. Singurul lucru nenatural este ieşirea din această stare.

Iartă şi uită

În această săptămână îți propunem o metodă care te va elibera de toate sentimentele negative generate de oamenii sau de evenimentele din trecutul tău. Să spunem că încă mai nutreşti resentimente din cauza faptului că iubitul sau iubita ta te-a părăsit, sau poate din cauza unei certi de familie. Oricare ar fi cauza, prin cultivarea acestor gânduri negative tu continui să retrăieşti la infinit aceleaşi efecte neplăcute. Iată o metodă simplă prin care poți scăpa pentru totdeauna de aceste efecte:

1. Iartă.

2. Uită.

Asta-i tot.

Noi trebuie să îi iertăm pe cei care au greşit față de noi în trecut, iar apoi să uităm incidentele respective. De bună seamă, asta nu înseamnă că trebuie să le permitem neapărat acestor persoane să rămână în viața noastră. De asemenea, nu înseamnă că trebuie să uităm lecțiile valoroase pe care le-am învățat din incidentele cu pricina. În caz contrar, am da dovadă de prostie. Ceea ce trebuie să facem însă este să mergem mai departe, să nu ne mai cantonăm de trecutul nostru.

Există o întreagă pletoră de aberații pseudo-psihice menite să explice (chipurile) ceea ce ni s-a întâmplat acum cinci, zece sau 50 de ani. Suntem bombardați zilnic cu termeni din folclorul psihologic precum „bagaj”, „copilul interior”, şi alte asemenea prostii. Din păcate, oamenii continuă să trăiască în trecut, în loc să îşi vadă de viață.

Asta nu înseamnă că nu trebuie să învățăm din experiențele noastre anterioare. Noi trebuie să învăţăm tot ce putem din fiecare experienţă trăită, astfel încât să nu mai repetăm aceleaşi greşeli! Pe de altă parte, dacă ni s-a întâmplat un eveniment traumatic, este bine să apelăm la un profesionist. Adevăratul ajutor este însă cel care ne ajută să mergem mai departe, nu cel care ne face să retrăim evenimentul din trecut pentru a-l „vindeca”.

În această săptămână gândeşte-te la acei oameni sau la acele evenimente care te-au rănit ori în urma cărora ai rămas cu un gust amar. De pildă, aminteşte-ţi de un prieten care ţi-a înşelat aşteptările. Iartă-i pe aceşti oameni, apoi uită de ei. Aruncă această povară ca şi cum ai arunca o piatră într-un lac. Poţi chiar să te vizualizezi făcând acest gest. Imaginează-ţi că piatra este povara emoţională pe care ai dus-o până acum şi arunc-o în lac. După ce face pleosc, ea se scufundă în apă şi nu o mai poţi vedea.

Această tehnică este foarte importantă. Câte gânduri lipsite de valoare porţi cu tine, deşi te fac să te simţi rău şi atrag consecinţe neplăcute în viaţa ta? Aminteşte-ţi de povestea celor doi călugări care au ajutat o fată tânără să treacă peste o baltă. Lasă fata în urma ta! În mod similar, lasă problemele care te preocupă în urma ta.

Astăzi este momentul ideal pentru a-ţi începe tot restul vieţii.

Aici şi acum

Concentrează-te asupra momentului prezent şi asupra locului în care te afli. Gândeşte-te la situaţia ta curentă. Fă o listă cu toate nevoile tale tangibile şi cu toate lucrurile de care ai nevoie pentru a-ţi satisface cerinţele curente, cum ar fi: o reparaţie la maşină, haine noi, facturi de plătit etc.

Notează în această listă lucrurile minore pe care trebuie să le faci, nu planurile tale majore. Gândeşte-te la situaţia ta curentă, dar nu te limita numai la ceea ce ai, ci aminteşte-ţi inclusiv de ceea ce ai nevoie în momentul de faţă. Nu gândi într-o manieră limitată, pornind de la condiţionarea ta din trecut. Distrează-te! Nu-ţi face griji în legătură cu banii. Mulţumeşte-te să enumeri nevoile tale tangibile. Fii cât mai specific.

Am nevoie de...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Noi suntem ceea ce gândim. Tot ceea ce suntem noi derivă din gândurile noastre. Prin gândurile noastre, noi creăm această lume.

– Buddha

Săptămâna a cincisprezecea

Legea care ne guvernează viaţa

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A CINCISPREZECEA

Dragă prietene:

Experimentele cu paraziţii care se ataşează de plante confirmă faptul că până şi cele mai inferioare forme de viaţă ştiu să profite de legea naturală.

Aceste experimente au fost realizate de Jacques Loeb, M.D., Ph.D., un membru al Institutului Rockefeller.

„Experimentul a constat în aducerea unor ghivece cu trandafiri într-o cameră şi plasarea lor în fața unei ferestre închise. Am constatat că dacă plantele sunt lăsate să se usuce, afidele (paraziții) care înainte erau lipsite de aripi se transformă în nişte insecte înzestrate cu aripi. După această metamorfoză, ele părăsesc planta muribundă, zboară către fereastră şi încep să se cațere pe geam."

Este evident faptul că aceste insecte minuscule şi-au dat seama că planta care le asigura supraviețuirea a murit, nemaiputând să le asigure substanțele nutritive de care aveau nevoie. Singura metodă prin care s-au putut salva de la inaniție a fost aceea de a-şi construi nişte aripi temporare şi a zbura mai departe, lucru pe care l-au şi făcut.

Astfel de experimente indică faptul că omniscienţa şi omnipotenţa sunt omniprezente şi că până şi cele mai mici creaturi pot profita de pe urma lor în caz de urgență.

În cea de-a cincisprezecea săptămână vei afla mai multe despre legile care ne guvernează. Principiile descrise în această secțiune îți vor explica faptul că aceste legi operează în avantajul nostru; că toate condițiile şi experiențele care ne ies în întâmpinare servesc interesului nostru; şi că cea mai sigură cale de a ne asigura fericirea constă în cooperarea conştientă cu aceste legi.

Principalele principii care trebuie înțelese

Capacitatea noastră de a prelua din experiențele noastre tot ce avem nevoie pentru a crește spiritual determină gradul de armonie pe care îl atingem.

Dificultățile și obstacolele sunt necesare pentru amplificarea înțelepciunii noastre și pentru creșterea noastră spirituală.

Dificultățile pot fi evitate prin înțelegerea conștientă a legilor naturale și prin cooperarea cu ele.

Legea Atracției este principiul care permite gândurilor noastre să se manifeste în formă.

Materialele necesare pentru creșterea, dezvoltarea și maturizarea unei idei sunt asigurate de legea iubirii, care reprezintă principiul creator al universului. Legea iubirii conferă vitalitate gândurilor, în timp ce Legea Atracției le conferă substanța necesară prin intermediul legii creșterii.

Condițiile dezirabile pot fi asigurate exclusiv prin cultivarea unor gânduri similare.

Condițiile indezirabile sunt generate de gândurile, discuțiile și vizualizarea lipsurilor, limitărilor, bolilor, dizarmoniei și discordiei. Această fotografie mentală generată de gândurile noastre eronate este preluată de subconștient și este cristalizată de Legea Atracției într-o formă obiectivă. În acest fel, noi culegem ceea ce am semănat. Această concluzie este demonstrată științific.

Noi nu putem transcende teama, lipsurile, limitările, sărăcia și discordia decât prin substituirea erorilor mentale cu principii corecte.

Putem recunoaște aceste principii prin realizarea conștientă a faptului că Adevărul anihilează invariabil eroarea. Noi nu trebuie să scoatem întunericul afară din cameră; tot ce trebuie

să facem pentru ca el să dispară este să aprindem lumina. Acest principiu se aplică tuturor gândurilor negative.

Viziunea interioară ne permite să înțelegem valoarea punerii în practică a cunoaşterii pe care o deținem. Mulți oameni cred că această cunoaştere se transformă de la sine în realitate, ceea ce nu este adevărat.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, concentrează-te asupra viziunii interioare. Ia-ți poziția obişnuită de meditație şi focalizează-te asupra faptului că înțelegerea puterii creatoare a gândirii nu este totuna cu arta de a gândi. Reflectează apoi la faptul că nicio cunoaştere nu se transpune singură în fapt. Acțiunile noastre nu sunt guvernate de cunoaştere, ci de obişnuințe, de precedente şi de cutume. Singura modalitate prin care putem aplica în mod conştient cunoaşterea dobândită este efortul voluntar. Aminteşte-ți de faptul că dacă nu este folosită, cunoaşterea este uitată. De aceea, valoarea unei informații stă în aplicarea principiului. Continuă să reflectezi astfel până când ajungi să îți formezi o viziune interioară suficient de clară şi să îți formulezi un program bine definit pentru aplicarea acestui principiu în viața ta.

Ți se pare familiar?

Calea către mântuire este la fel de îngustă şi de ascuțită ca şi muchia unei lame de ras.
– Călugăr tibetan, *Muchia lamei de ras* (1984)

Există un principiu al matematicii, dar nu şi unul al erorii. Există un principiu al sănătății, dar nu şi unul al bolii. Există un principiu al adevărului, dar nu

şi unul al minciunii. Există un principiu al luminii, dar nu şi unul al întunericului. Există un principiu al abundenţei, dar nu şi unul al sărăciei.

– Charles F. Haanel, *Sistemul Maestrului*

Când lucrurile nu se adună

$$a + b = 2$$

$$a + b \neq 2$$

Studiază cele două ecuaţii de mai sus. Dacă lucrăm cu numere întregi pozitive (adică cu numere pozitive care nu au fracţii asociate), prima ecuaţie este foarte uşor de rezolvat. Soluţia este în mod evident: „1 + 1 = 2".

Cea de-a doua ecuaţie nu este însă la fel de uşoară. Practic, suma oricăror două numere (altele decât 1 + 1) este diferită de 2. Avem aşadar de-a face cu o infinitate de numere a căror sumă va fi diferită de 2.

Ce ilustrează acest exemplu? În viaţă, lucrurile pozitive pot fi dovedite prin metode sigure, uşor de definit. Dacă mă întrebi care este adresa mea, ţi-o pot oferi foarte uşor. Desigur, ţi-aş putea spune şi cum să nu ajungi acasă la mine, dar acest lucru s-ar dovedi mult mai complicat, întrucât presupune o infinitate de metode.

În mod similar, tu îmi poţi da o infinitate de metode pentru a nu găti o anumită prăjitură, dar numai o singură reţetă pentru a o găti. Aceasta reprezintă calea (metoda) ta de a găti prăjitura. Orice altă cale aş aplica eu nu va conduce la prăjitura ta.

Atunci când citeşti *Sistemul Maestrului,* aminteşte-ţi în permanenţă de acest principiu. Aceasta este metoda care permite apariţia miracolelor. Tu poţi încerca orice cale pentru a scăpa de datorii sau pentru a-ţi clădi o relaţie, dar dacă nu vei ţine cont de aceste principii, bazându-ţi eforturile pe ele, îţi vei clădi un castel de nisip pe o plajă cu maree puternice.

Trei legi care operează în favoarea ta

Haanel afirmă că există trei legi naturale care operează în favoarea noastră. Haide să le enumerăm pe rând şi să le punem în practică.

1. Legea Atracției

Noi atragem în viața noastră oamenii, lucrurile şi circumstanțele la care ne gândim. Spre exemplu, dacă ne dorim o casă şi dacă vizualizăm în toate detaliile cum va arăta aceasta, noi punem în mişcare forțele necesare pentru a obține această casă.

2. Legea Iubirii

Rezultatele pe care le obținem în urma vizualizării sunt direct proporționale cu intensitatea emoțiilor pozitive cu care ne încărcăm gândurile. „Crede că vei primi şi ți se va da." Nivelul credinței şi încrederii că ne vom atinge scopul determină rapiditatea cu care ne vom atinge acest scop.

3. Legea Creşterii

Noi culegem ceea ce semănăm, respectiv ceea ce gândim şi ceea ce credem că vom obține în viață. Dificultățile cu care ne confruntăm ne amplifică înțelepciunea, căci ne învață cum să le depăşim. În acest fel, vechile moduri de a gândi sunt înlocuite de altele noi, pavând astfel calea către alte idealuri, din ce în ce mai înalte.

Frază cheie



Creşterea rezultă în urma schimbului dintre vechi şi nou, dintre bine şi mai bine... Noi nu putem obține ceea ce ne lipseşte dacă ne cramponăm cu obstinație de ceea ce avem.

Eliberarea locului

Pe lângă exercițiul recomandat de Haanel, în această săptămână îți recomandăm o metodă ce conduce la creştere şi care poate face minuni. Dacă o vei aplica, vei putea înlocui lucrurile bune din viața ta cu altele şi mai bune.

Priveşte în jurul tău prin casă şi remarcă lucrurile care ar putea fi înlocuite. Să luăm exemplul draperiilor. Dacă acestea pot fi înlocuite, scapă de ele! Nu le vinde şi nu încerca să obții bani în urma unei tranzacții comerciale, ci oferă-le unei organizații de caritate, cum ar fi Armata Salvării. Prin eliberarea locului astfel încât în viața ta să poată intra lucruri mai bune, acestea chiar vor intra.

Mergi mai departe şi fă o curățenie generală în casa ta. Vei scăpa astfel de foarte multe lucruri inutile şi vei elibera astfel locul pentru alte lucruri, mai bune. Nu spunem să renunți la lucrurile tale de valoare, dar regula este că dacă nu te-ai mai uitat la un lucru de ani de zile, poți renunța la el.

Rescrie-ți povestea vieții

> Pentru ca spiritul să poată transfera înțelepciunea sa minții, este foarte important să îți rezervi un timp special pentru cultivarea liniştii sau a tăcerii, în care să nu permiți nicio întrerupere.
>
> – Charles F. Haanel,
> *Uimitoarele secrete ale yoghinilor*

Reține:
fă-ți zilnic timp pentru a cultiva tăcerea interioară.

Săptămâna a șaisprezecea

Dobândirea înțelegerii spirituale

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A ȘAISPREZECEA

Activitățile vibratorii ale universului sunt guvernate de o lege a periodicității. Tot ce trăiește trece printr-o perioadă de naștere, printr-una de creștere, printr-una de maturizare și printr-una de declin. Aceste perioade sunt guvernate de Legea lui Șapte.

Legea lui Șapte guvernează zilele săptămânii, fazele lunii, armoniile sunetului, ale luminii, căldurii, electricității, magnetismului și structurii atomice. Ea guvernează viețile indivizilor și ale națiunilor, și domină activitățile lumii comerciale.

Viața înseamnă creștere, iar creșterea înseamnă schimb. La fiecare șapte ani, ciclurile se schimbă. Primii șapte ani de viață reprezintă perioada copilăriei. Următorii șapte ani reprezintă perioada pubertății, care marchează începutul asumării responsabilității individuale. Următorii șapte ani reprezintă perioada adolescenței. Cea de-a patra perioadă marchează atingerea maturității depline. A cincea perioadă este constructivă; ea reprezintă perioada în care omul începe să acumuleze proprietăți, posesiuni, un cămin și o familie. Următoarea perioadă, cea cuprinsă între vârsta de 35 și cea de 42 de ani, este o perioadă a reacțiilor și schimbărilor. Ea este urmată de o perioadă de reconstrucție, adaptare și recuperare, absolut necesară pentru a putea trece în următorul ciclu de câte șapte ani, care începe cu vârsta de 50 de ani.

Mulți oameni cred că lumea în care trăim este ea însăși pe punctul de a ieși din cea de-a șasea perioadă pentru a intra în perioada a șaptea, cea a reajustărilor, reconstrucției și armoniei (și cunoscută sub numele de Mileniu).

Cei care sunt familiarizați cu aceste cicluri nu se simt deloc tulburați atunci când lumea în care trăiesc tinde să devină haotică. Ei aplică lecțiile descrise în aceste pagini, având convingerea absolută că legile superioare le pot controla pe cele inferioare și că prin înțelegerea și operarea conștientă a acestor legi spirituale, ei pot transforma orice dificultate aparentă într-o binecuvântare.

Principalele principii care trebuie înțelese

Bogăția depinde de înțelegerea naturii creatoare a gândirii.

Adevărata valoare constă în valoarea de schimb.

Succesul depinde de puterea spirituală.

Puterea spirituală depinde de folosirea ei. Aceasta este cea care îi determină existența.

Noi ne putem scoate soarta din mâinile hazardului prin realizarea conştientă a condițiilor pe care dorim să le vedem manifestate în viața noastră.

Gândirea este cea mai mare afacere pe care o putem face în viață, deoarece gândurile noastre au o natură spirituală, şi deci creatoare. În aceste condiții, controlul conştient al gândurilor echivalează cu controlul circumstanțelor, condițiilor, mediului exterior şi destinului.

Gândirea distructivă este sursa tuturor relelor din viața noastră.

Gândirea ştiințifică corectă este sursa tuturor lucrurilor bune din viața noastră.

Gândirea ştiințifică înseamnă recunoaşterea naturii creatoare a energiei spirituale şi a capacității noastre de a o controla.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, meditează asupra faptului că fericirea şi armonia sunt stări de conştiință ce nu depind de posesiunile exterioare. Urmăreşte să înțelegi că obiectele şi evenimentele din lumea exterioară reprezintă simple efecte ce apar ca o consecință a gândurilor tale. De aceea, dacă îți doreşti anumite posesiuni materiale, cultivă atitudinea mentală care le poate atrage în viața ta. Această atitudine începe cu realizarea naturii tale

spirituale şi a unităţii tale cu Mintea Universală, care reprezintă substanţa tuturor lucrurilor. Dacă vei realiza în profunzime acest lucru, tu vei putea obţine tot ceea ce vei dori. Aceasta este gândirea ştiinţifică sau corectă. Dacă vei reuşi să îţi cultivi această atitudine, îşi va fi uşor să îţi îndeplineşti dorinţele, considerându-le deja împlinite. Acesta este „Adevărul" care ne „eliberează" de orice limitare sau lipsă.

Cine este tipul acela?

Capitalistul şi jurnalistul de la revista *Forbes* Guy Kawasaki a fost intervievat recent în legătură cu cartea sa, *Arta începutului*. Iată un extras din acest interviu:

PAUL MAIDMENT: Guy, vorbeşti în cartea ta de o listă a Principalelor Cinci Lucruri pe care trebuie să le realizeze un antreprenor. În vârful acestei liste stă „producerea semnificaţiei". Ce înseamnă acest lucru şi de ce este el atât de important?

GUY KAWASAKI: Înseamnă că dacă începi o afacere pentru a „produce bani", ai toate şansele să eşuezi. Marile companii sunt înfiinţate deoarece fondatorii lor doresc să schimbe lumea... nu să se îmbogăţească rapid. Ştiu că sună romantic, dar eu chiar cred că antreprenorii trebuie să încerce să schimbe această lume. Am rămas cu această părere de pe vremea când lucram pentru Apple. Vechile obişnuinţe mor greu.

MAIDMENT: Există vreun caz în care îmbogăţirea echivalează cu producerea semnificaţiei?

KAWASAKI: Bineînţeles. Acest motiv pare însă frivol atunci când îţi propui să înfiinţezi o companie. Este însă foarte adevărat că dacă produci semnificaţie, vei

produce şi bani. Ce-i drept, este posibilă şi situația în care produci bani, dar nu şi semnificație. La sfârşitul vieții, simplul fapt că ai produs o grămadă de bani nu va mai conta însă prea mult, aşa că nu prea vei avea cu ce să te lauzi dacă nu ai produs nicio semnificație.

Gândeşte-te la cuvintele de mai sus.

De ce?

Bogăția este produsul secundar al unui scop nobil sau un instrument ce poate conduce la îndeplinirea acestuia. Ea nu trebuie confundată cu *menirea vieții* sau cu principalul scop în viață. Toți marii oameni care au trăit în această lume şi-au propus scopuri mai nobile. A profitat Edison din punct de vedere financiar de pe urma invențiilor sale? Da, a profitat, dar nu le-a făcut de dragul banilor, ci pentru că îi plăcea să cerceteze şi să descopere. Banii au venit apoi de la sine.

La fel se petrec lucrurile cu toți oamenii care fac lucruri mărețe.

Există ceva mai măreț decât bogăția sau decât faima. Acest lucru este „**de ce**"-ul personal. De ce faci ceea ce faci? Care este idealul tău?

Gândeşte-te de ce îți doreşti anumite lucruri. Pentru simplul motiv de a te afişa cu ele? Din alte astfel de motive triviale, sau pentru a fi cel mai bun în tot ceea ce faci?

Întreabă-te întotdeauna: *de ce?* Cunoaşte-te pe tine însuți!

Dacă gândurile tale sunt constructive, ele vor poseda vitalitate şi vor creşte, se vor dezvolta şi vor deveni din ce în ce mai puternice. În acest scop, vor atrage tot ce le va fi necesar pentru dezvoltarea lor.

Frază cheie



Binele şi răul nu sunt entităţi, ci cuvinte prin care descriem rezultatele acţiunilor noastre. La rândul lor, aceste acţiuni sunt predeterminate de caracterul gândurilor noastre.

Spune cu convingere

Aşa cum am mai discutat, este absolut imperativ să punem legea iubirii în mişcare prin impregnarea gândurilor noastre cu acest sentiment. Haanel explică astfel acest lucru:

> Psihologii au ajuns la concluzia că nu există decât un singur simţ, numit pe scurt simţire. Toate celelalte simţuri sunt de fapt simple modificări ale acestui simţ unic. Acest lucru explică de ce sentimentele stau la baza oricărei puteri, de ce intelectul nostru se lasă atât de uşor copleşit de emoţii şi de ce trebuie să ne dublăm gândurile cu sentimente dacă dorim să obţinem rezultate. Gândirea şi simţirea alcătuiesc împreună o combinaţie irezistibilă.

Reciteşte cât mai frecvent scopurile pe care ţi l-ai notat pe cartonaşe. Imaginează-ţi că ţi le-ai îndeplinit deja şi fă acest lucru cu multă simţire. Cultivă sentimentul curajului, al tăriei, mândriei, integrităţii şi iubirii.

Notează câteva fraze şi descrie în ele cum te-ar face să te simţi realizarea scopurilor pe care ţi le-ai propus. Explică inclusiv de ce te-ai simţi astfel. Spre exemplu, ai putea scrie: „M-aş simţi fericit şi mândru dacă aş fi promovat la locul de muncă, întrucât astfel mi-aş permite să îi ofer o educaţie mai bună fiului meu."

„Voi încercați să scăpați de durere. Noi încercăm să fim fericiți. Voi existați numai pentru a evita pedeapsa. Noi existăm numai pentru a fi răsplătiți. Amenințările nu ne pot face să dăm ce este mai bun în noi, căci noi nu suntem mânați de la spate de teamă. Noi nu dorim să evităm moartea, ci dorim să ne trăim viața."

– Ayn Rand, *Atlas înlănțuit*

Săptămâna a șaptesprezecea

Simbolurile şi realitatea

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A ŞAPTESPREZECEA

Divinitatea pe care o adoră omul, conştient sau inconştient, indică statutul intelectual al adoratorului. Dacă întrebi un indian cum arată Dumnezeu, el îți va descrie căpitanul unui trib glorios. Dacă întrebi un păgân, el îți va descrie un zeu al focului, al apei sau al unui alt element.

Dacă întrebi un israelian cum arată Dumnezeu, el îți va vorbi despre Dumnezeul lui Moise, care guverna prin măsuri coercitive, cum ar fi Cele Zece Porunci, sau despre Dumnezeul lui Iosua, cel care i-a condus pe israeliți la luptă, a confiscat proprietăți, i-a ucis pe prizonieri şi a incendiat oraşele.

Aşa-zişii păgâni au construit „imagini sculptate" ale zeilor pe care îi adorau, dar cei mai inteligenți dintre ei considerau aceste imagini simple icoane vizibile care îi ajutau să se concentreze mental asupra calităților pe care doreau să le manifeste în viața lor.

Oamenii secolului XX adoră în teorie un Dumnezeu al iubirii, dar în practică îşi construiesc „imagini sculptate" ale „Bogăției", „Puterii", „Modei", „Obişnuinței" şi „Convenționalității", în fața cărora „îngenunchează" şi pe care le adoră. În acest fel, ei se concentrează asupra lor, după care acestea se materializează în viețile lor.

Adeptul care ajunge să controleze principiile descrise în săptămâna a şaptesprezecea nu mai face nicio confuzie între simboluri şi realitate. El este interesat mai degrabă de cauze decât de efecte şi se concentrează asupra realităților vieții. În acest fel, el nu cunoaşte dezamăgirea.

Principalele principii care trebuie înțelese

Adevărata metodă de cultivare a puterii de concentrare constă în a te identifica atât de deplin cu obiectul concentrării tale încât să nu mai fii conştient de nimic altceva.

Rezultatul acestei metode este punerea în mişcare a unor forțe invizibile care atrag irezistibil condițiile exterioare corespondente gândurilor tale.

Adevărul Spiritual este factorul de control în cadrul acestei metode mentale, căci natura dorințelor noastre trebuie să fie în armonie cu legile naturale.

Valoarea practică a acestei metode de concentrare constă în transmutarea gândului în caracter, care reprezintă magnetul ce creează mediul individului.

Elementul mental este factorul de control al oricărui demers comercial, căci mintea este creatoarea tuturor formelor şi evenimentelor ce se petrec în formă.

Concentrarea operează prin dezvoltarea puterilor percepției, înțelepciunii, intuiției şi inteligenței.

Intuiția este superioară rațiunii, întrucât nu depinde de experiență sau de memorie, şi adeseori ne oferă soluții pentru problemele noastre prin metode pe care nu le înțelegem.

Atunci când urmărim simbolurile realității, acestea se transformă în cenuşă de îndată ce punem mâna pe ele, căci simbolurile nu reprezintă decât formele exterioare ale activității spirituale din interior. Atât timp cât nu posedăm realitatea spirituală, forma dispare.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, îți propunem să te concentrezi cât mai intens, așa cum ai învățat în această lecție. Nu-ți asocia scopul cu niciun efort conștient și cu nicio activitate. Relaxează-te complet și evită orice gând de anxietate referitoare la rezultatele finale. Amintește-ți că puterea se naște din relaxare. Lasă-ți mintea să se identifice în totalitate cu obiectul concentrării sale, până când din conștiința ta dispare orice altceva.

Dacă dorești să scapi de teamă, identifică-te cu curajul.

Dacă dorești să scapi de lipsuri, identifică-te cu abundența.

Dacă dorești să scapi de o boală, identifică-te cu sănătatea.

Concentrează-te întotdeauna asupra idealului dorit considerându-l un fapt deja împlinit. Acesta este Elohim-ul, celula stem, principiul vieții care stă la baza devenirii, punând în mișcare acele forțe care călăuzesc, direcționează și atrag relațiile necesare ce conduc mai devreme sau mai târziu la manifestarea în formă.

Tu^2

În cartea sa, *Tu^2*, Price Pritchett povestește o istorie minunată. Este vorba de povestea unei muște care încearcă să evadeze din camera sa de motel. Musca încearcă din răsputeri să zgârie geamul ferestrei sau să treacă prin el, dar nu reușește. În tot acest timp, la numai doi metri de ea, ușa este deschisă.

Toate eforturile fizice din lume nu pot conduce decât la o fracțiune infimă din ceea ce poate realiza un mic efort mental. Noua axiomă este: *„Muncește inteligent!"*

Secretul acestei munci inteligente este concentrarea. Dacă îți vei determina mintea să se focalizeze asupra unui singur scop, fără

să îşi mai risipească energia, vei găsi uşi deschise la care înainte nu aveai acces.

Frază cheie



Orice obstacol cucerit şi orice victorie câştigată îţi va da din ce în ce mai multă încredere în puterea ta. În acest fel, îţi vei spori şansele de a învinge.

Gustul sabiei lui Banzo

Matajuro Yagyu a fost fiul unui spadasin celebru. Tatăl lui l-a dezmoştenit pentru că nu se descurca deloc bine cu sabia. Atunci, Matajuro l-a căutat pe celebrul spadasin Banzo, în speranţa că va învăţa de la acesta arta mânuirii sabiei.

– Câţi ani îmi va lua să devin un maestru spadasin? l-a întrebat el.

– Tot restul vieţii tale, i-a răspuns Banzo.

El i-a spus apoi lui Matajuro să nu mai aducă vorba de acest subiect şi să nu atingă niciodată o sabie. Discipolul a fost nevoit să gătească pentru maestrul său, să spele vasele, să îi facă patul, să curețe curtea interioară, să îngrijească grădina şi aşa mai departe, dar nu a pus niciodată mâna pe o sabie.

Au trecut astfel trei ani, iar Matajuro a continuat să muncească. Era însă trist, întrucât nu începuse încă să învețe arta căreia i-a consacrat întreaga sa viață.

Într-o zi, Banzo s-a furişat în spatele lui şi i-a tras o lovitură cumplită cu o sabie din lemn. A doua zi, pe când Matajuro gătea orez, Banzo l-a lovit din nou pe neaşteptate cu sabia din lemn.

În continuare, Matajuro a fost nevoit să învețe zi şi noapte să se ferească de loviturile neaşteptate ale maestrului său. Nu se simțea

în siguranţă în niciun moment al zilei. De altfel, a învăţat atât de rapid să se ferească încât îl făcea adeseori să zâmbească pe Banzo. În final, Matajuro a devenit cel mai mare spadasin din ţinutul său.

Divide şi cucereşte

În pregătirea concentrării din această săptămână, fă o listă cu toate lucrurile pe care doreşti să le cucereşti, cum ar fi teama sau invidia. Fii foarte specific. Notează această listă în coloana din stânga a paginii.

Notează în coloana din dreapta opusul lucrurilor pe care le-ai notat în coloana din stânga. Acest lucru te va ajuta să te concentrezi asupra lucrurilor dorite, nu asupra celor nedorite. Spre exemplu, dacă ai notat în coloana din stânga „Sunt falit", notează în coloana din dreapta „Am bani".

De cucerit	**... Concentrează-te asupra**

Gustul sabiei lui Banzo în cazul tău

Aceste exerciții reprezintă metoda ta de antrenament (sabia lui Banzo în cazul tău). Noi suntem asaltați zilnic de nenumărate gânduri, din care unele sunt negative şi neproductive. Ele vin pe neaşteptate şi aparent de nicăieri, după care se ataşează de mintea noastră şi încearcă să ne submineze idealurile, visele şi aspirațiile.

Scopul acestor exerciții este de a te pregăti la fel cum l-a pregătit Banzo pe Matajuro în povestea de mai sus. Ori de câte ori un gând nedorit te asaltează, nu te lăsa surprins şi anihilează-l pe loc. Nu vei reuşi să faci acest lucru decât prin practică şi prin repetiție. Pe măsură ce vei avansa însă, vei ajunge să fii pregătit să faci față chiar şi celui mai negativ dintre gânduri, căci mintea ta va deveni din ce în ce mai puternică, iar tu vei învăța cum să trăieşti din perspectiva Adevărului.

O povestire zen

Doi călugări călătoreau odată împreună pe un drum noroios. Afară ploua torențial. Celor doi le-a ieşit în cale o fată încântătoare, care nu putea trece drumul din cauză că se temea ca noroiul să nu îi murdărească rochia. Atunci, unul dintre călugări a luat fata în brațe şi a trecut-o drumul.

Mult mai târziu, cei doi călugări au ajuns la mănăstirea lor. Cel de-al doilea i-a spus primului:

– Ştii, noi, călugării, nu ar trebui să ne apropiem prea mult de femei, îndeosebi de cele tinere şi frumoase. Este periculos! De ce ai făcut acest lucru?

Primul călugăr i-a răspuns:

– Eu am lăsat de mult timp acea fată în urma mea. Tu de ce o mai duci cu tine?

Săptămâna a optsprezecea

Legea Atracţiei

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A OPTSPREZECEA

Pentru a putea creşte, noi trebuie să obţinem mai întâi ceea ce este necesar pentru creşterea noastră. Acest mecanism este guvernat de legea atracţiei. Acest principiu este singurul instrument prin care individul se diferenţiază de Principiul Universal.

Gândeşte-te o clipă. Ce ar fi omul dacă nu s-ar identifica cu statutul său de părinte, de soţ sau de tată şi dacă nu ar fi interesat de lumea socială, economică, politică sau religioasă? El nu ar fi altceva decât un ego teoretic şi abstract. Omul nu există decât în relaţie cu totalitatea, cu ceilalţi oameni, cu societatea. Această relaţie reprezintă mediul său. Altfel spus, omul există numai în relaţie cu mediul său.

Este evident în aceste condiţii că individul nu este altceva decât diferenţierea unei Minţi Universale unice „care iluminează fiecare om ce se naşte în această lume" şi că aşa-zisa sa individualitate sau personalitate nu reprezintă altceva decât maniera în care el se raportează la totalitate.

Noi numim această relaţie mediul exterior al individului, iar acesta este generat de legea atracţiei. Urmează descrierea principiilor care trebuie înţelese şi aplicate în săptămâna a optsprezecea şi care descriu această lege importantă.

Principalele principii care trebuie înţelese

Diferenţa dintre vieţile individuale ale oamenilor se măsoară prin gradul lor de inteligenţă.

Prin recunoaşterea sinelui său ca individualizare a Inteligenţei Universale, individul poate controla alte forme de inteligenţă.

Puterea creatoare își are originea în Principiul Universal.

Principiul Universal creează formele folosindu-se de indivizi.

Gândirea este veriga de legătură dintre individ și Principiul Universal.

Legea iubirii este principiul care permite materializarea mijloacelor de subzistență.

Legea creșterii permite manifestarea acestui principiu.

Legea creșterii depinde de acțiunea reciprocă. Individul este întotdeauna complet, ceea ce înseamnă că el nu poate primi decât ceea ce oferă.

Ceea ce avem noi de oferit sunt gândurile noastre.

Ceea ce primim este gândirea, care înseamnă substanță aflată în echilibru, diferențiată în forme prin gândurile noastre.

Exercițiu

În această săptămână concentrează-te asupra puterii de a crea. Caută perspective și percepții. Urmărește să găsești fundamentul logic al credinței pe care o ai. Gândește-te la faptul că individul fizic se deplasează și trăiește în atmosfera organică, ce îl susține. Altfel spus, el trebuie să respire pentru a trăi. Gândește-te apoi la faptul că omul spiritual trăiește și se deplasează la rândul lui într-o atmosferă energetică, dar mai subtilă, de care depinde însăși viața lui. Așa cum în lumea fizică nicio scânteie a vieții nu poate primi formă până când nu este cultivată o sămânță, ale cărei fructe depind de calitatea seminței, la fel, în lumea spirituală nu pot fi produse efecte până când nu sunt semănate anumite semințe, rezultatele obținute depinzând de legea cauzalității și de înțelegerea ei. Această înțelegere reprezintă cel mai înalt nivel pe care îl poate atinge conștiința umană.

Fii atent!

Pentru a profita la maxim de Legea Atracţiei, omul trebuie să îşi menţină în permanenţă atenţia focalizată asupra scopului său. Altfel spus, el trebuie să îşi susţină încontinuu viziunea. Astfel, gândurile de abundenţă atrag automat bani şi oportunităţi, cele de iubire atrag armonie, iar cele de putere atrag libertate.

Atenţia poate fi antrenată. Acesta este scopul exerciţiilor din *Sistemul Maestrului.* Atunci când se focalizează asupra unui obiect, mintea trebuie să devină la fel ca un laser. Dacă vei învăţa să îţi păstrezi atenţia focalizată, tu vei atrage în viaţa ta oamenii, obiectele şi circumstanţele de care ai nevoie pentru a-ţi continua creşterea spirituală.

Frază cheie



Atenţia a fost considerată dintotdeauna semnul distinctiv al geniului. Cultivarea atenţiei depinde de practică. Stimulentul atenţiei este interesul. Cu cât interesul este mai mare, cu atât mai focalizată devine atenţia.

Fii aici acum

Ce putem face pentru a ne împiedica mintea să rătăcească? Cum putem reduce la tăcere vocile interioare care ne reamintesc de trecut şi care ne fac să fim îngrijoraţi în legătură cu viitorul? După cum spune Haanel, noi nu putem câştiga controlul asupra minţii noastre decât prin practică. Aceasta este singura cale. De aceea, merită să examinăm mai îndeaproape acest mecanism.

Un individ ciudat pe nume Baba Ram Dass a scris o carte intitulată *Fii aici acum,* în care explică faptul că noi trebuie să profităm de momentul prezent şi să nu ne lăsăm mintea să

rătăcească. De câte ori nu ți s-a întâmplat să ratezi ceva important pentru că mintea ta era în altă parte? Poate că ai ratat astfel înscrierea unui punct de către fiul tău la un meci important pentru că te gândeai la un proiect pentru serviciu... Poate că nu ți-ai savurat vacanța din cauza problemelor financiare pe care le-ai avut...

De cele mai multe ori, tu nu îți dai seama că mintea ta nu mai este ancorată în momentul prezent. Nu realizezi că te-ai scufundat în „mica ta lume interioară" decât atunci când trebuie să rogi pe cineva să repete ce a spus sau când trebuie să te prefaci că ai fost atent la ce s-a întâmplat. Unul din indiciile care îți pot confirma că nu mai ești prezent este acela că organismul tău începe să execute diferite ticuri nervoase, cum ar fi bătăile cu piciorul, legănarea acestuia, jocul cu degetele etc.



După cum poți vedea în diagrama de mai sus, atunci când îi permiți minții tale să rătăcească, tu îți risipești inutil energia mentală și îți creezi astfel sentimente care nu slujesc întotdeauna celor mai bune interese ale tale.

Foarte mulți oameni se cramponează de trecutul lor. „Nu a fost vina mea, onorată instanță. Am avut o copilărie nefericită." De câte ori nu ai auzit aceste cuvinte? Dar: „Mama nu a fost niciodată alături de mine. Nu m-a iubit suficient de mult"? De câte ori nu ai auzit pe cineva folosind acest pretext pentru a-și justifica dezastrul din cadrul relațiilor personale?

Abandonează-ți trecutul. El nu mai există. Focalizează-te asupra momentului prezent. De ce te-ai crampona de ceva care s-a petrecut cu mulți ani în urmă? Dacă până acum ai avut numai

eşecuri, încearcă altceva! Filmul *Vanilla Sky* are o temă asupra căreia merită să reflectăm:

> Fiecare minut care trece reprezintă o nouă şansă de a schimba totul în viaţa noastră.

Ceea ce am spus despre trecut este valabil şi pentru viitor. Dacă nu îţi faci planuri, de ce eşti îngrijorat în legătură cu viitorul? Grijile şi anxietatea produc cea mai mare risipă de energie mentală. Ele conduc la teamă, şi nu de puţine ori la paralizarea voinţei. De aceea, focalizează-te întotdeauna asupra sentimentului de curaj şi asupra momentului prezent. Te asigurăm că acest lucru te va face mai fericit.

Rămâi în momentul prezent

În această săptămână nu te vom pune să scrii foarte mult. De fapt, nu trebuie să scrii decât trei cuvinte:

FII AICI ACUM

Ia câteva cartonaşe de mărimea unor cărţi poştale şi notează pe ele: „FII AICI ACUM." Plasează-le apoi astfel încât să le poţi vedea tot timpul, amintindu-ţi astfel de mesajul lor. Spre exemplu, aşează-le pe birou, lângă oglinda maşinii, ba chiar lângă televizor.

Rămâi în permanenţă ancorat în *momentul prezent*. Ori de câte ori observi că trupul tău execută ticuri nervoase, aminteşte-ţi de momentul prezent. Priveşte în jurul tău. Remarcă ce nu ai remarcat până acum.

Fii atent!

Un elev slab se folosește de influența profesorului său.

Un elev echilibrat admiră bunătatea profesorului său.

Un elev bun devine puternic practicând disciplina recomandată de profesorul său.

Proverb zen

Săptămâna a nouăsprezecea

Hrana minţii

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA A NOUĂSPREZECEA

Teama este o formă foarte puternică a gândirii. Ea paralizează centrii nervoşi, afectând astfel circulația sângelui. La rândul ei, aceasta paralizează sistemul muscular. Aşa se face că, în ultimă instanță, teama afectează întregul organism, corpul, creierul şi sistemul nervos, sistemul muscular, structura fizică şi cea mentală.

Cea mai bună cale de a depăşi teama constă în a deveni conştient de propria putere. În ce constă această forță vitală misterioasă pe care noi o numim putere? Este imposibil să răspundem la această întrebare, la fel cum nu ştim nici ce înseamnă electricitatea. Ceea ce ştim însă este faptul că dacă ne conformăm cerințelor legii care guvernează electricitatea, aceasta se poate transforma în slujitorul nostru ascultător, iluminându-ne casa şi oraşul, punând în mişcare maşinăriile noastre şi slujindu-ne în o mie şi unul de alte feluri.

La fel se petrec lucrurile şi cu forța vitală. Deşi nu ştim exact ce este aceasta, şi poate că nu vom şti niciodată, noi ştim totuşi că ea reprezintă forța primordială care se manifestă prin orice organism viu şi că prin respectarea legilor şi principiilor care o guvernează noi ne putem deschide în fața unui aflux din ce în ce mai abundent al acestei forțe vitale, care se poate manifesta astfel prin noi cu o eficiență mentală, morală şi spirituală mai înaltă.

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese şi aplicate în această săptămână, şi care descriu o metodă foarte simplă de dezvoltare a acestei forțe vitale. Dacă vei pune în aplicare principiile descrise în această secțiune, tu îți vei putea dezvolta în scurt timp acea putere care a fost dintotdeauna semnul distinctiv al tuturor geniilor.

Principalele principii care trebuie înțelese

Extremele sunt desemnate prin nume distinctive, precum interior şi exterior, sus şi jos, lumină şi întuneric, bine şi rău. Aceste nume atrag atenția asupra contrastului dintre ele.

Nu există entități separate. Există numai părți sau aspecte ale Totalității.

Mintea Universală sau Energia Eternă din care se nasc toate lucrurile este unicul Principiu creator, deopotrivă în lumea spirituală, cea mentală şi cea fizică.

Noi suntem conectați cu acest principiu creator prin capacitatea noastră de a gândi.

Acest principiu creator devine operațional prin gândirea noastră. Gândul reprezintă sămânța. El conduce la acțiune, iar acțiunea la formă.

Forma depinde de rata vibrației.

Rata vibrației poate fi modificată printr-o acțiune mentală.

Acțiunea mentală depinde de polaritate, respectiv de acțiunea şi de reacția care se stabilesc între individ şi Principiul Universal.

Energia creatoare îşi are originea în Principiul Universal, dar acesta din urmă nu se poate manifesta decât prin individ.

Individul este necesar deoarece Principiul Universal este static şi are nevoie de energie pentru a se pune în mişcare. La nivel individual, el este alimentat de hrană, care este convertită în energie, care îi permite individului să gândească. Când nu mai mănâncă, individul încetează să mai gândească. În acest fel, el nu mai acționează asupra Principiului Universal şi nu mai produce acțiuni şi reacții. În acest caz, Principiul Universal devine minte pură într-o formă statică. Altfel spus, mintea intră într-o stare de repaus.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, concentrează-te, dar la maxim. Devino atât de absorbit de obiectul focalizării tale încât să nu mai fii conştient de nimic altceva. Fă acest lucru timp de câteva minute în fiecare zi. De vreme ce îți acorzi zilnic un număr de minute pentru a mânca, astfel încât corpul tău să poată supraviețui, de ce nu ai face acelaşi lucru şi cu mintea ta, dându-i timp să asimileze hrana mentală pe care a primit-o?

Gândeşte-te la faptul că aparențele sunt amăgitoare. Pământul nu este plat, şi nici staționar. Cerul nu are o formă de dom. Soarele nu se învârteşte în jurul Pământului, ci invers. Stelele nu sunt mici scântei de lumină, iar materia nu este stabilă, ci se află într-o mişcare perpetuă.

Încearcă să înțelegi că se apropie rapid ziua (zorii ei au răsărit deja) în care modurile de gândire şi de acțiune vor trebui adaptate la noua cunoaştere a modului de operare a principiilor eterne.

Eliberează-te de teamă

Teama trebuie anihilată. Viața trăită în teamă conduce la o risipă mentală uriaşă. Această focalizare greşită a gândurilor noastre atrage în viața noastră lucrurile pe care nu ni le dorim, nu cele pe care ni le dorim.

În *Arcana Realizării,* care include părțile „pierdute" ale *Sistemului Realizării,* Haanel explică o metodă prin care putem scăpa de teamă de îndată ce începem să o simțim. Iată în ce constă această metodă:

> Teama este o emoție. În consecință, ea nu este supusă rațiunii. Aşa se face că te poți teme în egală măsură de prieteni şi de duşmani, de trecut, prezent şi viitor. Dacă eşti atacat de teamă, trebuie să o distrugi cu orice preț.

Sunt convins că ești foarte interesat să afli cum poți realiza acest lucru. Rațiunea nu te poate ajuta în această direcție, căci teama este un gând subconștient, un produs al emoției. Înseamnă că trebuie să existe o altă cale.

Această cale constă în a-ți trezi plexul solar. Acționează. Dacă ai practicat respirația profundă, înseamnă că îți poți dilata abdomenul la maxim (prin inspirație). Acesta este primul lucru pe care trebuie să îl faci. Ține-ți respirația timp de o secundă sau două, apoi continuă să inspiri puțin aer, forțând astfel dilatarea și mai accentuată a abdomenului.

Acest efort îți va înroși fața. Continuă să îți ții respirația și coboară-ți pieptul, astfel încât abdomenul să se dilate și mai puternic. Tot pe retenția suflului, alternează rapid dilatarea abdomenului cu cea a pieptului de 4-5 ori. Abia acum poți expira. Vei constata că teama ta a dispărut.

Dacă teama nu a dispărut de tot, repetă procedeul de câteva ori.

Practică această tehnică ori de câte ori simți o stare de teamă, indiferent dacă este majoră sau minoră. Cum s-ar spune: „Ucide sentimentul de teamă din fașă!" Pentru a afla mai multe informații referitoare la efectele pozitive ale acestei tehnici, citește cartea lui Haanel, *Uimitoarele secrete ale yoghinilor.*

> Inima mea este complet lipsită de teamă. Ceilalți oameni pot citi acest lucru în ochii mei! Eu sunt pasiune. Nu mă opresc niciodată. Sunt întotdeauna constant, corect și intens.
>
> – Steve Vai

Săptămâna douăzeci

Spiritul lucrurilor

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA DOUĂZECI

Foarte mulți ani la rând a existat o discuție interminabilă despre originea răului. Teologii ne-au spus întotdeauna că Dumnezeu este Iubire și că El este omniprezent. Dacă acest lucru este adevărat, înseamnă că nu există niciun loc în care Dumnezeu să nu fie prezent. Unde pot exista atunci răul, Satana și iadul?

Să vedem:

Dumnezeu este spirit pur.

Spiritul este Principiul Creator al Universului.

Omul este creat după chipul și asemănarea lui Dumnezeu.

De aceea, el este o ființă spirituală.

Singura activitate cu adevărat spirituală este gândirea.

De aceea, ea este un proces creator.

În consecință, orice formă reprezintă rezultatul unui proces de gândire.

La rândul ei, distrugerea formei trebuie să fie rezultatul unui alt proces de gândire.

Reprezentările fictive ale formei trebuie să fie și ele rezultatul unui proces de gândire, așa cum se întâmplă în cazul hipnozei.

Reprezentările aparente ale formei sunt și ele rezultatul puterii creatoare a gândirii, așa cum se întâmplă în cazul spiritismului.

Invențiile, organizarea și activitatea constructivă din orice domeniu de activitate sunt rezultatul puterii creatoare a gândirii, așa cum se întâmplă în cazul concentrării.

Atunci când puterea creatoare a gândirii este manifestată în beneficiul umanității, noi numim rezultatul obținut: bine.

Atunci când aceeași putere creatoare a gândirii este manifestată într-o manieră distructivă, noi numim rezultatul obținut: rău.

Așa se explică originea binelui și a răului. Acestea nu sunt decât simple cuvinte concepute pentru a indica natura rezultatelor obținute prin procesul creator al gândirii.

Gândirea precede și determină în mod necesar orice acțiune. La rândul ei, acțiunea precede și determină condițiile exterioare.

Urmează descrierea detaliată a acestor principii.

Principalele principii care trebuie înțelese

Puterea depinde de recunoaşterea şi de folosirea ei.

Recunoaşterea înseamnă conştientizare.

Noi devenim conştienţi de puterea noastră prin gândire.

Gândirea corectă şi ştiinţifică este adevăratul fundament al vieţii.

Gândirea corectă şi ştiinţifică este capacitatea de a ne adapta gândurile la voinţa Principiului Universal. Cu alte cuvinte, de a coopera cu legile naturale.

Gândirea corectă şi ştiinţifică poate fi asigurată prin înţelegerea perfectă a principiilor, forţelor, metodelor şi combinaţiilor mentale.

Mintea Universală este fundamentul întregii existenţe.

Lipsurile, limitările, bolile şi dizarmoniile apar datorită aceleiaşi legi. Legea este imuabilă şi generează în permanenţă condiţiile care corespund gândurilor ce le-au dat naştere.

Inspiraţia este arta de a realiza omniprezenţa Omniscienţei.

Condiţiile exterioare cu care ne confruntăm depind de calitatea gândurilor noastre. Ceea ce facem depinde de ceea ce suntem, iar ceea ce suntem depinde de ceea ce gândim.

Exerciţiu

Ca exerciţiu pentru această săptămână, intră în starea de tăcere interioară şi concentrează-te asupra afirmaţiei biblice: „Noi trăim, ne mişcăm şi ne aflăm fiinţa în El!" Într-adevăr, tu exişti pentru că EL EXISTĂ. De vreme ce El este omniprezent, înseamnă că El trebuie să existe inclusiv în tine. Dacă El este totul în toate, înseamnă că tu exişti în interiorul Lui! De vreme ce El este spirit

pur, iar tu eşti creat după chipul şi asemănarea Lui, înseamnă că şi tu eşti un spirit pur. Singura diferenţă dintre tine şi El ţine de grad, nu de calitate. Natura părţii nu poate fi diferită de cea a totalităţii. Dacă vei înţelege plenar acest concept, vei descoperi secretul puterii creatoare a gândirii, originea binelui şi răului, secretul minunatei puteri de concentrare şi cheia tuturor problemelor cu care te confrunţi, fie ele fizice, financiare sau de altă natură.

Gunoiul unui om...

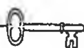
Probabil că ai auzit proverbul care spune că „Gunoiul unui om este comoara altuia." Este posibil chiar să fi observat în practică felul în care operează acest principiu, de pildă, în acele emisiuni de televiziune în care la anumite licitaţii se vând lucruri aparent inutile. Licitatorii îi uluiesc pe posesorii „gunoaielor" spunându-le că obiectele lor posedă o mare valoare, fiind considerate antichităţi unice.

De câte ori nu te-ai gândit „Şi mie mi-a trecut prin cap acest lucru" sau „Eu aş fi făcut mai bine acest lucru" când ai aflat că cineva s-a îmbogăţit vânzând un produs nou? Cum s-ar spune „Un gând considerat inutil de cineva devine factorul de îmbogăţire al altcuiva."

În interiorul tău există o mare putere, de care nu eşti conştient; există „gunoaie" care aşteaptă să le ştergi de praf şi să le descoperi adevărata valoare inestimabilă. Adevărata ta avere este mintea ta! În timp ce tu aştepţi să ţi se întâmple ceva, altcineva trece la fapte şi realizează lucruri pe care le-ai fi putut face tu. De ce nu ai fi tu acest cineva?

Răspunsul este simplu: tu nu ai niciun motiv pentru a nu profita de pe urma ideilor tale. Tot ce trebuie să faci este să treci la fapte. În acest scop, trebuie să ştii pe ce te poţi baza. De aceea, în această săptămână te vei concentra asupra lucrurilor de care dispui deja. Vei trece apoi la fapte şi vei transforma „gunoaiele" din viaţa ta într-o avere.

Frază cheie



Chiar dacă dispui de întreaga avere din lume, dacă nu o recunoşti şi dacă nu te foloseşti de ea, ea nu are nicio valoare pentru tine... Orice lucru măreț se naşte prin recunoaştere.

Controlează-ți destinul

Un adept şi-a întrebat maestrul:
– Ce pot face pentru a-mi controla destinul?

– Devino una cu tot ceea ce ți se întâmplă, i-a răspuns maestrul.

– Ce înseamnă acest lucru?

– Tu nu dispui de un sine separat de restul realității, ci eşti una cu întreaga viață. Din cauza înțelegerii tale greşite, tu crezi că eşti separat de evenimentele din viața ta, fapt care dă naştere unei separații şi unui conflict. Renunță la convingerea într-un sine separat şi vei atinge starea de unitate, care va pune capăt conflictului interior. Acesta este marele secret al tuturor timpurilor. Reflectează asupra lui în fiecare zi şi el te va transforma.

Tu poți deveni stăpânul realității, scop în care nu trebuie să controlezi nimic altceva decât pe tine însuți.

Inventarul

În această săptămână va trebui să scrii. Este foarte important să îți faci inventarul lucrurilor de care dispui pentru a-ți putea recunoaşte astfel potențialul. Aşa cum noi ne recunoaştem atât de rar lumea interioară, la fel, adeseori noi nu recunoaştem nici măcar lucrurile exterioare pe care le avem şi care pot valora uneori o avere. Nerecunoscându-le, noi nu le folosim, motiv pentru care se

atrofiază sau se deteriorează. De aceea, îți propunem acum să îți faci inventarul posesiunilor de care dispui. Dacă ai nevoie, foloseşte mai multe foi de hârtie.

Scrie toate lucrurile pe care le cunoşti, cum ar fi matematica, limbile străine sau chiar faptul că ştii bancuri.

Lucrurile pe care le cunosc...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

În continuare, scrie toate lucrurile pe care ştii să le faci, de la cele mai simple (cum ar fi faptul că ştii să fluieri) şi până la cele mai complexe (cum ar fi faptul că ştii să repari o maşină).

Lucrurile pe care le pot face...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Moartea nu înseamnă nimic, dar a trăi învins şi lipsit de glorie înseamnă a muri zi de zi.

– Napoleon

În continuare, fă o listă cu lucrurile pe care chiar le faci zilnic, cum ar fi rezolvarea problemelor sau managementul sarcinilor, talentele pe care le ai, de multe ori fără să fii conştient de ele, etc.

Lucrurile pe care le fac zilnic...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Enumeră acum în scris toate lucrurile pe care alţi oameni îţi spun că le faci bine, de pildă, faptul că eşti un bun vorbitor sau faptul că ai simţul umorului.

Lucrurile pe care alţi oameni îmi spun că le fac bine...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Fă acum o listă a posesiunilor pe care le ai, cum ar fi: calculatorul, telefonul, casa sau un instrument muzical.

Posesiunile mele...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Gândeşte-te acum la oamenii pe care îi cunoşti. Fă o listă cu aceştia. Nu uita pe nimeni. Cine ştie? Poate că unii dintre ei te pot ajuta...

Oamenii pe care îi cunosc...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Ce slujbe şi ce ocupaţii ai avut până acum? Ai fost măcelar? Brutar? Fabricant de lumânări? Indiferent cu ce te-ai ocupat, notează în scris toate aceste îndeletniciri.

Slujbele pe care le-am avut...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Ce roluri ţi-ai asumat până acum? Ai fost lider al cercetaşilor sau membru în comitetul pentru părinţi? Notează aici aceste roluri.

Roluri pe care mi le-am asumat...

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Acum pune toate listele de mai sus cap la cap

Recitește listele pe care le-ai făcut mai sus. Sesizezi vreun numitor comun? Se leagă unele lucruri pe care le cunoști sau de care dispui cu altele? De pildă, poate că știi să repari mașini și lucrezi într-un atelier, și foarte mulți oameni au nevoie să își repare mașinile. Poate că te pricepi la calculatoare și lucrezi într-un birou. Cine știe? Poate că acest lucru te poate ajuta să îți găsești o slujbă mai bună, sau chiar să începi o afacere.

Scopul acestui exercițiu este următorul: recitind tot ce ai scris în aceste liste, îți poți forma o idee mai bună legată de locul în care te afli și de destinația către care te-ai putea îndrepta. Spre exemplu, dacă ești mecanic auto, poate cunoști anumiți oameni care ar fi interesați să își deschidă un service auto sau un magazin de piese auto. Acum dispui de inventarul care îți permite să îți materializezi mai ușor ideile.

Dacă listele tale nu par să se armonizeze foarte bine, reflectează mai profund asupra lor și caută conexiuni. Gândește-te care din articolele notate pe ele îți provoacă cea mai mare plăcere. Poate că lucrezi într-un birou în care te simți sufocat, dar foarte mulți oameni îți spun că ești un bun vorbitor, că știi foarte multe bancuri și că ai o atitudine pozitivă. Acest lucru ți-ar putea indica faptul că ți s-ar potrivit mai bine o slujbă în domeniul vânzărilor.

Chiar dacă nu îți dai încă seama încotro ai putea să te îndrepți în continuare, cel puțin acum știi unde te afli. Reflectează cât mai des asupra acestui lucru. Pune cap la cap ceea ce știi despre tine. Cine știe? Poate că vei reuși să îți transformi „gunoaiele" într-o avere...

Nu trebuie să crezi că te afli pe calea cea bună numai pentru că este o cale bătătorită.

– Anonim

Dacă ţii cu tot dinadinsul, bazează-te pe piciorul de iepure[3], dar gândeşte-te că acesta nu i-a adus noroc iepurelui.

– Anonim

[3] Talisman despre care se spune că este aducător de noroc. (n. tr.)

Săptămâna douăzeci și unu

Cum să gândești la scară mare

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA DOUĂZECI ŞI UNU

Am privilegiul să îţi ofer în continuare descrierea principiilor care trebuie înţelese şi aplicate în săptămâna douăzeci şi unu. În paragraful şapte vei afla că unul din secretele succesului este emiterea unor gânduri la scară mare. Aceasta este una dintre cele mai bune metode de organizare a victoriei şi de obţinere a marilor realizări de geniu.

În paragraful opt vei afla că orice imagine pe care o susţinem suficient de ferm în conştiinţa noastră se impregnează în subconştient, devenind un tipar pe care energia creatoare va avea tendinţa să îl materializeze în viaţa şi în mediul nostru. Acesta este secretul marii puteri a rugăciunii.

Noi ştim că universul este guvernat de lege, că pentru fiecare efect trebuie să existe o cauză şi că în aceleaşi condiţii, aceeaşi cauză va genera invariabil efecte similare. În consecinţă, dacă cineva a răspuns vreodată la o rugăciune, nu putem decât să tragem concluzia că şi la rugăciunile noastre ni se va răspunde, cu condiţia să le rostim în mod corect. Această afirmaţie nu poate fi altfel decât adevărată. În caz contrar, universul în care trăim ar fi un haos, nu un cosmos. Aşadar, răspunsul la orice rugăciune este supus legii, iar această lege este cât se poate de limpede, de exactă şi de ştiinţifică, la fel cum sunt legile care guvernează gravitaţia şi electricitatea. Înţelegerea acestei legi scoate creştinismul de sub imperiul superstiţiei şi al credulităţii, plasându-l pe roca dură a înţelegerii ştiinţifice.

Din nefericire, foarte puţini oameni ştiu cum trebuie să se roage. Ei înţeleg că există legi care guvernează electricitatea, matematica şi chimia, dar – dintr-un motiv greu de explicat – nu le trece prin minte că ar putea exista anumite legi spirituale care sunt la fel de clar definite, absolut ştiinţifice, exacte şi care operează cu o precizie imuabilă.

Principalele principii care trebuie înțelese

Adevăratul secret al puterii este conştiinţa puterii. Toate lucrurile de care devenim conştienţi se manifestă invariabil în lumea obiectivă şi capătă o expresie tangibilă.

Sursa acestei puteri este Mintea Universală, din care se nasc toate lucrurile şi care este unică şi indivizibilă.

Această putere este manifestată prin intermediul indivizilor. Fiecare individ reprezintă un canal prin care această energie se diferenţiază în formă.

Capacitatea noastră de a gândi echivalează cu capacitatea noastră de a acţiona asupra Energiei Universale, care dă formă gândurilor noastre în lumea obiectivă. Rezultatul acestei descoperiri este fabulos. El ne oferă oportunităţi nelimitate şi fără precedent.

Noi putem elimina condiţiile imperfecte din viaţa noastră devenind conştienţi de unitatea noastră cu sursa întregii puteri.

Una din caracteristicile distinctive ale Minţii Maestrului este faptul că acesta gândeşte la scară mare. Ideile sale sunt suficient de mărețe pentru a contracara şi pentru a distruge obstacolele mărunte care îi ies în cale.

Noi atragem către noi experienţele pe care le trăim prin Legea Atracţiei.

Această lege este pusă în mişcare de atitudinea noastră mentală predominantă.

Diferenţa dintre vechiul şi noul regim ţine de convingerea în natura universului. Vechiul regim se cramponează de doctrina fatalistă a alegerii divine. Noul regim recunoaşte divinitatea individului şi democraţia umanităţii.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, concentrează-te asupra Adevărului. Urmărește să realizezi faptul că Adevărul te va elibera. Cu alte cuvinte, nu există niciun obstacol permanent care poate sta în calea succesului tău perfect atât timp cât aplici principii și metode mentale corecte din punct de vedere științific. Realizează faptul că tu îți manifești în mediul exterior propriul potențial sufletesc. Încearcă să înțelegi că tăcerea oferă o oportunitate veșnic disponibilă și aproape nelimitată de a te trezi în fața Adevărului în ipostaza sa cea mai înaltă. Gândește-te că însăși omnipotența este sinonimă cu tăcerea absolută; tot restul este schimbare, activitate, limitare. De aceea, concentrarea tăcută a gândurilor reprezintă cea mai bună metodă de trezire și de exprimare a puterii uluitoare care sălășluiește înlăuntrul tău.

Merită să repetăm...

Spuneam mai devreme în acest manual că una din regulile lui Donald Trump este „Gândește la scară mare." În mod evident, acest lucru a funcționat de minune în cazul lui. Se pare că și Bill Gates gândește la scară mare. Când a înființat Microsoft, motto-ul companiei sale a fost „Un computer pe fiecare masă." La ora actuală acest motto-ul a devenit o realitate, iar Microsoft deține practic monopolul pe piața sistemelor de operare a calculatoarelor.

Se pare că toți oamenii care sunt amintiți de cărțile de istorie au avut idei mărețe pe care și-au propus să le transpună în realitate. Alexandru cel Mare, Napoleon, John F. Kennedy – toți aceștia au fost mari visători.

Tu ce vise ai? Oricare ar fi acestea, ai grijă să fie cât mai mărețe. Țintește Luna de pe cer. După cum spune proverbul, chiar dacă vei rata Luna, poate vei nimeri o stea...

Procesul

„Adevăratul secret al puterii este conştiinţa puterii." Haanel numai că nu ne imploră să ne folosim de această putere, sigura care ne poate transforma în realitate gândurile, deopotrivă cele pozitive şi cele negative. Numai prin folosirea acestei puteri ne putem asigura noi că obţinem exact rezultatele pe care ni le dorim cu adevărat. Haanel ne explică acest proces. Aplică-l!

1. Fiecare gând creează o impresie asupra creierului nostru.

2. Experienţele pe care le trăim se datorează Legii Atracţiei.

3. Gândurile sau atitudinea mentală predominantă acţionează ca un magnet.

4. Principiile similare se atrag.

5. Atitudinea mentală reprezintă însăşi personalitatea noastră şi este alcătuită din toate gândurile pe care le-am emis vreodată.

6. Printr-un efort perseverent, noi ne putem schimba atitudinea mentală.

7. În acest scop, înlocuieşte imaginile din mintea ta cu imaginile realităţii pe care ţi-o doreşti.

8. În acest fel, vei începe să atragi în viaţa ta această realitate.

9. Introdu în aceste imagini mentale anumite elemente esenţiale, precum curajul, determinarea, talentul, puterea etc.

10. Orice ai întreprinde, aspiră întotdeauna către cea mai înaltă realizare.

11. Repetă acest proces, căci repetiţia este mama obişnuinţei.

Tot ce există în viaţa noastră este rezultatul acestui proces. Absolut tot, deopotrivă lucrurile bune şi cele rele, ceea ce ne place şi ceea ce ne displace. Acest proces descrie maniera în care se formează atitudinea noastră mentală predominantă. Tu foloseşti deja acest proces, indiferent dacă recunoşti sau nu acest lucru.

Acum, că ştii cum funcţionează acest mecanism, a sosit timpul să îl foloseşti în mod conştient, în interesul tău.

Panoul scopurilor personale

Vizualizează ceea ce îţi doreşti! Gândeşte la scară mare! În acest scop, îţi recomandăm crearea unui panou al scopurilor personale, care te va ajuta să îţi păstrezi focalizarea asupra obiectivelor pe care ţi le-ai stabilit şi să nu fii distras de alte gânduri, nesemnificative. În plus, ai şansa de a te distra puţin, dar şi de a-ţi manifesta talentele artistice.

Procură-ţi un panou mare din carton şi nişte pioneze. Decupează din diferite reviste şi cataloage diferite imagini ale lucrurilor pe care ţi le-ai dori sau notează cuvinte ce îţi descriu obiectivele pe mici cartonaşe de hârtie şi prinde-le cu pioneze pe panou.

Spre exemplu, dacă îţi doreşti o maşină nouă, găseşte o imagine a maşinii dorite şi prinde-o pe panou. Dacă îţi doreşti ceva pentru care nu există o fotografie, descrie lucrul dorit pe un cartonaş şi lipeşte-l pe panou. Spre exemplu, poţi scrie „Sunt directorul regional al companiei mele." Dacă există imagini concrete, urmăreşte să îţi procuri fotografii cât mai exacte ale lucrurilor dorite, şi nu doar unele aproximative. De pildă, dacă îţi doreşti ca noua ta maşină să fie de culoare roşie, procură-ţi o fotografie a unei maşini de culoare roşie din marca dorită.

Agaţă panoul într-un loc în care să îl poţi vedea cu uşurinţă, cum ar fi peretele din faţa biroului tău. Dacă poţi, confecţionează-ţi mai multe astfel de panouri şi aşează-le pretutindeni! Acest procedeu este foarte eficient şi nu am auzit niciodată să dea greş. Ori de câte ori îţi vei privi panoul scopurilor personale, îţi vei aduce aminte să te gândeşti la lucrurile dorite şi vei pune la treabă Legea Atracţiei. Iar când o lege naturală lucrează în favoarea ta, nimeni şi nimic nu se mai poate opune împlinirii dorinţelor tale.

Cum poți ajunge la o greutate ideală

Metoda panoului scopurilor personale te poate ajuta, printre altele, să ajungi la greutatea ideală pentru tine. Iată ce trebuie să faci în acest scop: găseşte imagini ale unui corp pe care îl consideri ideal. Decupează-le dintr-o revistă de fitness sau dintr-una care prezintă vedete. Cine este vedeta ta preferată? Cu siguranţă poţi găsi o fotografie a ei.

Ia apoi o fotografie personală. Abia acum începe partea amuzantă. Taie capul vedetei şi lipeşte în locul lui propriul tău cap. Plasează apoi această imagine pe panoul tău.

În acest fel, te vei putea vizualiza pe tine însuți având corpul de vis pe care ți-l doreşti şi vei atrage astfel în viața ta condițiile şi evenimentele necesare pentru a atinge această greutate ideală şi această formă perfectă. De pildă, te-ai putea trezi că începi să mănânci mai sănătos sau că îți faci mai mult timp să te duci la sala de gimnastică. Cum-necum, vei începe să te apropii treptat de greutatea ta ideală.

Frază cheie



Nu există limite ale lucrurilor pe care le poate face pentru tine această lege. În această direcţie, reaminteşte-ţi că natura se mulează întotdeauna după idealul mental. De aceea, gândeşte-te la un ideal şi consideră-l un fapt împlinit.

Săptămâna douăzeci și doi

Seminţele spirituale

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNŢELESE ŞI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA DOUĂZECI ŞI DOI

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese şi aplicate în săptămâna douăzeci şi doi. În această secțiune vei afla că gândurile reprezintă seminţe spirituale. Dacă sunt sădite în mintea subconştientă, acestea au tendința să încolțească şi să crească. Din păcate, fructele lor nu sunt întotdeauna pe placul nostru.

În general, diferitele forme de inflamații, paraliziile, nervozitatea şi majoritatea bolilor sunt consecința fricii, a grijilor, anxietății, geloziei, invidiei, urii şi a altor gânduri similare.

Procesele vieții sunt activate prin două metode distincte: pe de o parte, acumularea şi digerarea substanțelor nutritive necesare pentru construirea celulelor, iar pe de altă parte, dizolvarea şi eliminarea deşeurilor.

Întreaga viață are la bază aceste două tipuri de activitate, una constructivă şi cealaltă distructivă. Dat fiind că hrana, aerul şi apa sunt singurele necesități pentru construirea celulelor, am putea crede că problema prelungirii vieții la infinit nu este deloc dificilă.

Oricât de ciudat ar părea, cauza tuturor bolilor este cea de-a doua activitate, cea distructivă, cu foarte rare excepții. Deşeurile şi toxinele se acumulează şi saturează țesuturile, generând un fenomen de autointoxicare. Aceasta poate fi parțială sau generală. În primul caz, tulburarea produsă va fi locală. În cel de-al doilea, ea va afecta întregul organism.

Atunci când vorbim de vindecare, problema pe care trebuie să o rezolvăm este aşadar aceea a amplificării fluxului de energie vitală în cadrul sistemului. Acest lucru poate fi realizat numai prin eliminarea gândurilor de teamă, de îngrijorare, de anxietate, de gelozie, de invidie, de ură şi a altor asemenea gânduri distructive, care tind să obosească şi să tulbure activitatea nervilor şi a glandelor care controlează excreția şi eliminarea substanțelor toxice şi a deşeurilor.

„Alimentele nutritive şi tonicele întăritoare" nu pot conferi viață, întrucât ele nu sunt decât manifestări secundare ale vieții.

Manifestarea primordială a vieții și felul în care poți intra în contact cu ea vor fi explicate în continuare, în rândurile de mai jos, pe care am privilegiul de a ți le prezenta.

Principalele principii care trebuie înțelese

Boala poate fi eliminată prin punerea noastră la unison cu legile naturale, care sunt omnipotente.

Procesul de eliminare a bolii constă în realizarea faptului că omul este o ființă spirituală, iar spiritul său este prin excelență perfect.

Recunoașterea conștientă a acestei perfecțiuni, la început intelectuală, apoi emoțională, conduce la manifestarea concretă a perfecțiunii.

Acest lucru se întâmplă deoarece gândul are o natură spirituală, fiind implicit creator. El se corelează întotdeauna cu obiectul focalizării sale și îl materializează.

Acest proces este activat prin legea vibrației.

O rată superioară a vibrației controlează, modifică sau distruge o rată inferioară a vibrației.

Există peste un milion de americani care aplică într-o formă sau alta acest sistem terapeutic.

Rezultatul acestui sistem de gândire este că pentru prima dată în istorie, facultatea gândirii superioare a omului poate fi demonstrată, fapt care se răspândește rapid în întreaga lume.

Acest sistem poate fi aplicat inclusiv în celelalte domenii ale vieții, putând satisface toate cerințele sau necesitățile oamenilor.

Acest sistem este deopotrivă științific și religios. Adevărata știință este sora geamănă a adevăratei religii. Oriunde se îndreaptă una, cealaltă o urmează.

Exercițiu

Ca exercițiu pentru această săptămână, concentrează-te asupra frumoaselor versuri ale lui Tennyson: „Vorbește-i, căci El te aude, iar spiritele se pot întâlni. El îți este mai apropiat decât respirația și mai la îndemână decât mâinile și picioarele." Încearcă să înțelegi că atunci când „îi vorbești Lui", tu intri în contact cu Omnipotența. Această realizare și această recunoaștere a puterii omnipotente va distruge rapid orice boală și orice suferință, înlocuindu-le cu armonia și cu perfecțiunea. Amintește-ți apoi de cei care cred că suferința și boala sunt trimise de Dumnezeu. Dacă ar fi așa, ar însemna că medicii, asistentele medicale și Crucea Roșie îl sfidează pe Dumnezeu, iar spitalele ar deveni locuri ale revoltei împotriva voinței divine, și nu lăcașuri ale compasiunii și întrajutorării. În mod evident, această imagine este absurdă, dar există totuși destui oameni care continuă să creadă în ea.

Gândește-te apoi că până recent, teologia a vorbit despre un Creator imposibil, care a creat ființe capabile să păcătuiască, după care le-a pedepsit pentru eternitate pentru păcatele lor. În mod evident, scopul cultivării acestei ignoranțe a fost acela de a-i manipula pe oameni, creându-le o stare de teamă în locul uneia de iubire. Din fericire, după 2.000 de ani de propagandă, noua teologie își cere scuze în numele creștinismului.

Totul depinde numai de tine

Cu siguranță, până acum ți-ai dat seama că tot ce există în viața ta se datorează gândurilor pe care le-ai nutrit cândva, inclusiv celor pe care le-ai preluat de la alții. La prima vedere, acest lucru plasează o povară grea pe umerii tăi. Este vorba de povara responsabilității. Indiferent dacă ai parte de o viață frumoasă sau urâtă, „vina" îți aparține.

În realitate, această povară aparentă reprezintă cel mai mare eliberator din istoria umanității! Ce-i drept, tu ești responsabil

pentru viața ta, dar vestea bună este că acest lucru îți permite să controlezi puterea de care dispui! Tu te poți folosi de această putere, la fel cum te folosești de un întrerupător sau de orice alt aparat. Dacă te afli într-un loc întunecat, tot ce trebuie să faci este să aprinzi lumina.

De acum înainte, nu mai poți da vina pe altcineva pentru ceea ce ți se întâmplă. A sosit timpul să privești unde te afli și să preiei frâiele propriului tău destin. Această putere ne stă tuturor la dispoziție și nu trebuie obținută sau găsită. Tu dispui deja de ea, iar ea se află înlăuntrul tău. Asumă-ți-o!

Frază cheie



Prin schimbarea cauzei, noi schimbăm implicit efectele.

Chiar funcționează! Pe bune!

Săptămâna trecută ai aflat o metodă prin care îți poți atinge greutatea ideală a corpului. Acum înțelegi de ce funcționează ea? Creierul și gândurile tale pun în mișcare vibrații care influențează tot ce întâlnesc în cale. Ce spune Haanel în această privință?

Dacă o imagine perfectă este plasată în fața individului subiectiv, energia creatoare a acestuia îi construiește un corp perfect.

Ce altceva am putea spune în plus? Dacă ai practicat exercițiile recomandate în această carte, dar nu ai avut prea mult succes, practică-le din nou. Recitește capitolele din acest manual și aplică din nou cunoașterea pe care o conțin ele. Legile și ideile prezentate de Haanel sunt absolute. Ele funcționează impecabil.

gândurile tale = viața ta

Uită de trecut. Îmbrățișează viitorul cu toate posibilitățile sale. Permite-ți să înflorești și să te bucuri de abundența pe care ți-o asigură viața.

Poți să-ți vindeci viața

Așa cum ai remarcat probabil, exercițiile din *Sistemul Maestrului* te determină să te scufunzi din ce în ce mai profund în mintea ta. Ele derivă unul din celălalt și își propun să te ajute să atingi măiestria perfectă de sine. De aceea, este foarte important să practici aceste exerciții.

Așa cum am mai spus, noi ne aflăm unde ne aflăm în viață ca urmare a gândurilor noastre anterioare. Fiecare gând pe care l-am avut și pe care l-am încărcat cu putere s-a transformat într-o realitate în universul nostru obiectiv, într-o formă sau alta. De pildă, gândurile tale de îngrijorare sau de teamă s-au materializat în boli fizice, iar cele de ură și de invidie s-au concretizat în ocazii sociale ratate. În mod similar, toate relele din viața ta au avut la bază propriile tale gânduri greșite.

În cartea ei, *Poți să-ți vindeci viața,* Louise L. Hay prezintă o listă a bolilor și afecțiunilor comune (dar și a altora mai puțin obișnuite) și a cauzelor mentale asociate cu ele. Spre exemplu, dacă ești alergic la ceva, ea îți recomandă să te întrebi: „La cine sunt alergic (pe cine nu pot suporta)?" Doamna Hay include de asemenea în carte o listă cu afirmații pozitive care pot fi folosite pentru a contracara gândurile negative ce au condus la apariția bolii. Iată un alt exemplu: pentru nervozitate, ea oferă drept cauză probabilă „teama, anxietatea... incapacitatea de a avea încredere în viață". Pentru a contracara aceste emoții, ea recomandă afirmațiile: „Mă aflu într-o călătorie eternă prin

infinitate, aşa că am suficient timp la dispoziție. Comunic cu inima mea. Totul este bine."

Noi atragem în viața noastră lucrurile la care ne gândim. Nenumărate studii au arătat că atitudinea mentală a pacientului este la fel de importantă ca şi terapia administrată. În anumite cazuri, pacienţi suferinzi de boli incurabile au fost vindecaţi prin remedii placebo, care nu conţineau niciun fel de substanţă chimică activă!

Atunci când îi transmiţi iubirea ta universului, poţi fi absolut convins că acesta ţi-o va transmite înapoi. În mod similar, gândurile de putere şi de curaj îţi sunt returnate. Aminteşte-ţi de o noapte pe care ţi-ai petrecut-o în oraş. Ce stare de spirit ai avut atunci, care ţi-a permis să îţi faci noi prieteni şi să te distrezi la culme? Dar atunci când ai trăit o altfel de experienţă, mai puţin plăcută, când ai avut de-a face cu oameni nu tocmai amabili?

Valoarea constă în aplicarea practică a înțelepciunii.

Ține-ți privirea fixată asupra premiului

Mulţi oameni acceptă şi încearcă diferite metode pentru a-şi îmbunătăţi viaţa. Din păcate, multe din aceste metode sunt similare curelor de slăbire: ele asigură rezultate temporare, care se pierd însă pe termen lung.

Orice lucru de valoare presupune un anumit preț. *Sistemul Maestrului* pare uneori dificil, întrucât îţi solicită să dai tot ce este mai bun în tine. El necesită timp şi practică. Uneori îţi solicită un mare efort şi o introspecţie profundă. **Calea este grea, dar răsplata va fi pe măsura efortului depus.** De aceea, păstrează acest curs şi continuă să practici. La urma urmelor, vorbim de viaţa ta. Tu ai tot dreptul din lume să ţi-o trăieşti aşa cum îţi doreşti. Trăieşte-ţi visele!

Legea iubirii este cât se poate de ştiinţifică. Cea mai veche şi cea mai simplă formă de iubire este afinitatea selectivă pe care o manifestă două celule diferite. Legea iubirii stă deasupra celorlalte legi, căci iubirea înseamnă viaţă.

– Charles F. Haanel,
Arcana Realizării

Săptămâna douăzeci și trei

Legea Succesului este serviciul

SINTEZA PRINCIPIILOR CARE TREBUIE ÎNȚELESE ȘI APLICATE ÎN SĂPTĂMÂNA DOUĂZECI ȘI TREI

Urmează descrierea principiilor care trebuie înțelese și aplicate în săptămâna douăzeci și trei și pe care am onoarea să ți le prezint în continuare. În această secțiune vei afla că banii fac parte integrantă din însăși țesătura existenței noastre, că legea succesului este serviciul și că noi primim numai ce dăruim, motiv pentru care ar trebui să considerăm un mare privilegiu posibilitatea de a dărui.

Am văzut până acum că gândirea este un proces creator care stă la baza tuturor activităților constructive. De aceea, cele mai valoroase lucruri pe care le putem dărui noi sunt gândurile noastre.

Gândirea creatoare este fundamentată pe atenție și, așa cum am văzut, puterea atenției focalizate este arma supraomului. Atenția conduce la dezvoltarea puterii de concentrare, iar aceasta din urmă dezvoltă Puterea Spirituală, care reprezintă cea mai puternică forță din câte există.

Aceasta este știința care stă la baza tuturor celorlalte științe. Ea este arta vieții umane, care este mai presus de toate celelalte arte. Cine ajunge să controleze această știință și această artă descoperă oportunitatea perfectă pentru un progres continuu. Perfecțiunea în această artă nu poate fi dobândită în șase zile, în șase săptămâni sau în șase luni. Ea reprezintă o muncă de o viață. Cine nu merge înainte merge automat înapoi.

Cultivarea gândurilor pozitive, constructive și altruiste are efecte benefice pe termen lung. Compensația este o lege a universului. Natura încearcă în permanență să atingă starea de echilibru. Ori de câte ori cineva dăruiește ceva, el trebuie să primească ceva în schimb. În caz contrar, s-ar crea o stare de vid. Dacă vei respecta această regulă, beneficiile pe care le vei obține vor justifica întru totul toate eforturile făcute.

Principalele principii care trebuie înțelese

Prima lege a succesului este serviciul.

Cel mai bun serviciu pe care îl putem presta constă în a avea mintea deschisă și în a fi mai interesați de cursă decât de destinație, de proces decât de posesiune.

Gândurile egoiste conțin în ele sămânța disoluției.

Noi vom obține cele mai mari succese prin recunoașterea faptului că este la fel de important să dăruim ca și să primim.

Finanțiștii își datorează marile succese faptului că gândesc singuri.

Marea majoritate a oamenilor rămân docili, simple unelte în mâinile unei elite, pentru simplul motiv că lasă această elită să gândească în locul lor.

Efectul concentrării asupra tristeții și pierderii este și mai multă tristețe, respectiv și mai multe pierderi.

Efectul concentrării asupra câștigului este un câștig și mai mare.

Acesta este singurul principiu ce poate fi folosit în lumea afacerilor. Nu există niciun alt principiu. Faptul că el poate fi folosit într-o manieră inconștientă nu schimbă cu nimic această situație.

Aplicarea practică a acestui principiu ne conduce la concluzia că succesul reprezintă un efect, nu o cauză, iar dacă dorim să obținem acest efect trebuie să susținem cauza, respectiv ideea care stă la baza efectului dorit.

Exercițiu

În această săptămână concentrează-te asupra faptului că omul nu reprezintă un corp înzestrat cu un spirit, ci un spirit înzestrat cu un corp. Acesta este motivul pentru care dorințele lui nu îi pot oferi o satisfacție permanentă decât dacă sunt orientate către spiritualitate. Singura valoare a banilor este de a crea condițiile pe care le dorim, care trebuie să fie neapărat armonioase. Condițiile armonioase presupun o stare de abundență; de aceea, dacă ne confruntăm cu lipsuri, noi trebuie să înțelegem că ideea – sau sufletul – banilor este serviciul. Acest gând va căpăta formă și ne va deschide noi canale ale abundenței, fapt care ne va oferi satisfacția de a ști că metodele spirituale sunt cât se poate de pragmatice.

Economie

Când valorile sunt schimbate între ele, se atinge starea de echilibru. Acest lucru înseamnă că atunci când comercializăm ceva, noi activăm legea echilibrului. Altcineva are ceva ce ne dorim, iar noi avem ceva ce își dorește el. Tot ce mai rămâne este să ajungem la o înțelegere asupra prețului.

Tu te poți bucura de abundență pur și simplu câștigând mai mult decât cheltuiești. După cum spune Haanel, prima lege a succesului este serviciul.

Frază cheie

Noi putem face bani făcându-ne prieteni, și ne putem lărgi cercul de prieteni făcând bani pentru ei, ajutându-i și făcându-le servicii. Prima lege a succesului este serviciul, la baza căruia stau integritatea și justiția.

Tu mă scarpini pe mine pe spate[4]...

Ajutarea prietenilor sau a altor oameni să facă bani nu trebuie să fie neapărat o operă de caritate. Este suficient în acest scop să participi la sistemul economic. Gândeşte-te la facturile pe care trebuie să le plătească un om de afaceri! De la chirie la plata furnizorilor şi la salarii, el reprezintă un veritabil corn al abundenței. **Dacă gândeşte însă corect, banii pe care îi cheltuieşte se întorc la el!**

De-a lungul acestei cărți te-ai studiat pe tine însuți şi ai făcut multe liste. Foloseşte-te de această cunoaştere şi dă-i o destinație utilă. Ce servicii le poți aduce celorlalți oameni? Fondatorul IBM, Thomas J. Watson Sr., şi-a stabilit ca motto un singur cuvânt:

Gândeşte

Poate că în momentul de față nu dispui decât de gândurile tale. Oricum, acestea vor fi întotdeauna cea mai prețioasă proprietate a ta. **Un muncitor are un salariu limitat, căci şi nevoile corpului său sunt limitate. Un gânditor nu are limite, pentru că Mintea sa se află în contact cu Infinitatea.**

O singură idee poate schimba întreaga lume. Ea îți poate aduce milioane de dolari. Priveşte în jur şi urmăreşte să înțelegi că tot ceea ce ai a venit de undeva, iar această origine este mintea cuiva. Cineva s-a gândit şi a conceput toate lucrurile pe care le foloseşti sau le consumi.

---

4 Proverb american: „Tu mă scarpini pe mine pe spate şi eu te scarpin pe tine pe spate." Are acelaşi sens ca şi proverbul românesc: „O mână spală pe alta." (n. tr.)

Niciodată până acum nu a fost atât de uşor să îţi pui în practică ideile. Costurile de producţie au scăzut, Internetul a devenit un mediu accesibil tuturor, iar cunoaşterea şi informaţiile există pretutindeni. **Practic, trăim într-o perioadă a Renaşterii. Profită de acest lucru. Gândeşte!**

Săptămâna douăzeci și patru

Alchimia

se poate de reale, nu sunt fictive, fapt care poate fi demonstrat de orice om suficient de înțelept.

Exercițiu

În această săptămână reflectează asupra faptului că trăiești într-o lume cu adevărat minunată, că tu însuți ești o ființă minunată și că tot mai mulți oameni se trezesc și cunosc Adevărul. Pe măsură ce se trezesc și realizează „lucrurile minunate pe care Tatăl le-a pregătit pentru ei", ei înțeleg că „ochiul nu a văzut, urechea nu a auzit și inima omului nu a simțit vreodată" splendorile care există în Țara Promisă. Ei trec râul judecății și ajung pe malul discriminării între adevăr și minciună, unde descoperă că tot ce au visat vreodată nu a fost decât o umbră palidă a splendorii realității.

Drumul din față

Deții acum Sistemul Maestrului. Ai aflat astfel că nu există niciun mister, ci doar faptul că trebuie să realizezi că te afli în posesia Cheii.

Orice este posibil. Mintea și capacitatea ta de a gândi îți permit să visezi orice și să îți transformi visele în realitate.

Continuă practica exercițiilor, atât a celor din *Sistemul Maestrului* cât și a celor din acest manual. Antrenează-te și cultivă cu perseverență autodisciplinarea. Amintește-ți ce spunea Haanel despre minte:

> Când mintea omului devine perfectă, atunci – și numai atunci – corpul său va putea să se exprime perfect.

Caută și alte cărți din această categorie. Alimentează-ți în permanență mintea. Lectura este o sursă de inspirație, de idei, de

cunoaştere, de amuzament şi de informaţii. Din păcate, foarte mulţi oameni citesc lucruri care nu le hrănesc corect mintea. Ei îşi pierd timpul citind ziare, dar nu îşi acordă măcar un minut pentru a citi ceva de valoare. Iată cum îţi poţi ierarhiza obişnuinţele legate de lectură pentru a obţine beneficii maxime:

Cărţi de dezvoltare personală	**35%**
Cărţi educative / lărgirea orizontului cunoaşterii	**30%**
Informaţii / Ziare	**15%**
Cărţi de divertisment	**20%**

Dacă ne pierdem timpul citind prostii, noi riscăm să distrugem singura şi cea mai bună unealtă de care dispunem. Nu vrem să spunem cu asta că nu mai trebuie să ne distrăm niciodată, ci doar că foarte mulţi oameni neglijează totul de dragul distracţiilor lor. Pe de altă parte, deşi este bine să fim informaţi de ceea ce se petrece în lume, dacă facem exces în această privinţă informaţiile devin comparabile cu bârfa.

Dacă îţi plac cărţile educative, continuă să le citeşti. Spre exemplu, dacă ai o afacere, citeşte o carte despre sistemul de impozitare. Dacă eşti scriitor, citeşte o carte despre stil. Dacă îţi place matematica, citeşte o carte despre natura realităţii cuantice. Noi trăim într-o lume în care informaţiile curg la fel ca apa. Cunoaşterea se revarsă în viaţa noastră din toate direcţiile. Umple-ţi vasul interior cu această cunoaştere.

Acţiunile tale vor depinde întotdeauna de gândurile tale. Creierul conduce, iar corpul îl urmează. Noi începem prin a gândi, şi abia apoi acţionăm. Acest lucru ar trebui să îţi fie deja evident şi profund înrădăcinat în psihicul tău. Tot ce îţi mai rămâne de făcut este să pui în practică acest sistem, în beneficiul tău. Continuă călătoria pe care ai început-o citind această carte. Dacă ai apucat să te pui în mişcare, oprirea este cea mai proastă decizie pe care o poţi lua. Trăieşte-ţi viaţa şi îndeplineşte-ţi visele!

Câteva cuvinte de despărțire

Orice om ar trebui să știe să schimbe un scutec, să planifice o invazie, să înjunghie un porc, să proiecteze o clădire, să conducă o navă, să scrie un sonet, să contabilizeze, să construiască un zid, să aline un muribund, să preia o comandă, să dea o comandă, să coopereze, să acționeze de unul singur, să rezolve o ecuație, să analizeze o problemă nouă, să prepare un compost, să programeze un computer, să gătească o masă gustoasă, să se lupte eficient, să moară cu grație. Specializarea este pentru insecte.

– Robert A. Heinlein

Omul își ignoră natura propriei sale ființe și puteri. Chiar și ideea pe care și-o face în legătură cu limitările depinde de experiențele sale din trecut. Nu există așadar niciun motiv teoretic care să îi limiteze devenirea sau acțiunile.

– Aleister Crowley, *Magick*

Păzește-ți bine gândurile, căci ceea ce reprezinți tu în mintea ta, un om bun sau un om rău, mai devreme sau mai târziu vei deveni.

– James Allen, „Gândire și acțiune”,
citat în *Arcana Realizării*

Există un singur colț al universului pe care îl poți îmbunătăți, și anume sinele tău.

– Aldous Huxley

Cei care nu știu să se motiveze singuri trebuie să se mulțumească cu mediocritatea, indiferent cât de impresionante sunt talentele lor.

– Andrew Carnegie

Marile minți au un scop. Celelalte minți nu au decât dorințe.

– Washington Irving

Nu căuta greşeli. Caută remedii.

– Henry Ford

Omul este ceea ce crede în inima sa.

– Regele Solomon

Nu poate cunoaşte succesul decât acela care îşi vizualizează în permanență scopul şi care şi-l urmează neabătut. Această calitate se numeşte dedicație.

– Cecil B. DeMille

Nu-ți face planuri minore. Acestea nu au calitatea magică de a le trezi oamenilor entuziasmul... Fă-ți planuri mărețe. Țintește sus şi urmează-ți speranțele.

– Daniel H. Burnham

Cine ştie „de ce" trăieşte ştie şi „cum" să o facă.

– Friedrich Nietzsche

Ce sunt circumstanțele? Eu creez circumstanțele.

– Napoleon Bonaparte

Grădina ta nu este completă atât timp cât în ea mai există ceva de luat.

– Proverb japonez

Când am ceva bani, îmi cumpăr cărți. Dacă îmi mai rămân bani, îmi cumpăr mâncare sau haine.

– Erasmus